叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 4 个章节

1. 从我的厨房到你的厨房(to Your Kitchen From Mine) 000001

2. 从我的厨房到你的厨房(to Your Kitchen From Mine) 000002

3. 从我的厨房到你的厨房(to Your Kitchen From Mine) 000003

4. 从我的厨房到你的厨房(to Your Kitchen From Mine) 000004

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

从我的厨房到你的厨房(To Your Kitchen From Mine)

[tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['kɪtʃɪn] [frɒm; frəm] mine23

to	your	kitchen	from	mine23
到	你的	厨房	从	mine23

从我的厨房到你的厨房23

[juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [waɪz] . . .

YOU	ARE	WISE	.	.	.
你	是	明智的	.	.	.

你很睿智.....

[tuː; tə] [tʃuːz] [ə; eɪ]['mɒd(ə)n][gæs][reɪndʒ][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [gɪv] [juː; jʊ][ðə; ði][best] ['kʊkɪŋ]

to	choose	a	Modern	GAS	range	because	it	will	give	you	the	best	cooking
到	选择	一个	现代的	气体	范围	因为	它	将要	给	你	这	最好的	烹饪

[rɪ'zʌlts] ['pɒsəb(ə)l] [waɪl] ['ædɪŋ] [njuː] ['bjuːti] [ænd; ənd] [kən'viːniəns] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['kɪtʃɪn] .

results	possible	while	adding	new	beauty	and	convenience	to	your	kitchen	.
结果	可能的	尽管	添加	新的	美丽	和	方便	到	你的	厨房	.

选择现代燃气灶，因为它能为您带来最佳的烹饪效果，同时为您的厨房增添美感和便利。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dɪ'zaɪnd] [fɔː(r); fə(r)] [lɒŋ] [laɪf][ænd; ənd][ðə; ði] ['iːzi] [keə(r)] [ðæt] [ɪz][səʊ] ['nesəsəri] [ɪn] [tə'deɪz] ['lɪvɪŋ] .

It	is	designed	for	long	life	and	the	easy	care	that	is	so	necessary	in	today's	living	.
它	是	设计	为了	长的	生活	和	这	简单的	关心	那	是	所以	必要的	在	今天的	活的	.

它专为延长使用寿命和方便保养而设计，这在当今生活中至关重要。

[ðə; ði][tɪps][ɒn][reɪndʒ][juːz][ænd; ənd][keə(r)][kæn; kən] [kiːp] [jɔː(r); jə(r)][reɪndʒ] ['kʊkɪŋ] ['pɜːfɪktli] [ænd; ənd] ['lʊkɪŋ] [ɪts][best][fɔː(r); fə(r)] [j'iəz] [tuː; tə] [kʌm] .

The	tips	on	range	use	and	care	can	keep	your	range	cooking	perfectly	and	looking	its	best	for	years	to	come	.
这	尖端	在	范围	使用	和	关心	能	保持	你的	范围	烹饪	完美	和	寻找	它是	最好的	为了	年	到	来	.

掌握炉灶使用和保养技巧，可以让您的炉灶在未来几年内保持最佳烹饪效果和外观。

[ðɪs] ['bʊklət] [ɪz][ə; eɪ] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv][sʌm; səm][ɒv; əv]['aʊə(r)][məʊst]['pɒpjələ(r)]['resəpɪz] .

This	booklet	is	a	collection	of	some	of	our	most	popular	recipes	.
这	小册子	是	一个	收藏	的	一些	的	我们的	最多	受欢迎的	食谱	.

这本小册子收录了我们一些最受欢迎的食谱。

[iːtʃ] [wʌn][hæz; həz] [biːn] ['keəfəli] ['testɪd] [ɪn]['aʊə(r)] ['kɪtʃɪn] — [wiː; wi] [həʊp] [ðel] [biː; bi] ['feɪvərɪts] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] ['kɪtʃɪn] , [tuː] .

Each	one	has	been	carefully	tested	in	our	kitchen	—	we	hope	they'll	be	favorites	in	your	kitchen	,	too	.
每个	一	有	到过	小心	测试	在	我们的	厨房	—	我们	希望	他们会	是	收藏夹	在	你的	厨房	,	也	.

每一款产品都经过我们厨房的精心测试——我们希望它们也能成为您厨房的最爱。

[kɔːl] [jɔː(r); jə(r)][gæs] ['kʌmpəni] [wen] ['nesəsəri] [tuː; tə] [tʃek] [ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ænd; ənd][tuː; tə] [meɪk] ['eni] [reɪndʒ] [ə'dʒʌstmənts] .

Call	your	GAS	Company	when	necessary	to	check	the	temperature	and	to	make	any	range	adjustments	.
称呼	你的	气体	公司	什么时候	必要的	到	查看	这	温度	和	到	制作	任何	范围	调整	.

必要时请致电燃气公司检查温度并进行任何范围调整。

[ðeə(r)] [ɪz] [nəʊ] [tʃɑːdʒ] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['sɜːvɪs] .

There	**is**	**no**	**charge**	**for**	**this**	**service**	**.**
那里	是	不	收费	为了	这	服务	.

这项服务是免费的。

[pliːz] [kɔːl] [ˌem 'iː] [ɪf] [ai] [kæn; kən] [help] [juː; jʊ] .

Please	**call**	**me**	**if**	**I**	**can**	**help**	**you**	**.**
请	称呼	我	如果	我	能	帮助	你	.

如果您需要帮助，请随时联系我。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['ɔːlweɪz] [ə; eɪ] ['pleʒə(r)] [tuː; tə] [tɔːk] [wɪð] [juː; jʊ] [ə'baʊt] [jɔː(r); jə(r)] [gæs] [ə'plaɪənsɪz] .

It	**is**	**always**	**a**	**pleasure**	**to**	**talk**	**with**	**you**	**about**	**your**	**GAS**	**appliances**	**.**
它	是	总是	一个	乐趣	到	讲话	和	你	关于	你的	气体	电器	.

很高兴能和您讨论您的燃气设备问题。

[həʊm] [ɪ'kɒnəmɪst]

Home	**Economist**
家	经济学家

家庭经济学家

[jɔː(r); jə(r)] [gæs] COMPANY4

YOUR	**GAS**	**COMPANY4**
你的	气体	COMPANY4

您的燃气公司4

['kɒntents]

CONTENTS
内容

内容

[keə(r)] [ænd; ənd] ['kliːnɪŋ]

CARE	**AND**	**CLEANING**
关心	和	打扫

保养与清洁

[kʊk] Top7

Cook	**Top7**
厨师	Top7

烹饪排行榜7

Oven7

Oven7
Oven7

烤箱7

Broiler8

Broiler8
Broiler8

Broiler8

Accessories8

Accessories8
Accessories8

配件8

['kliːnɪŋ] Chart9

Cleaning	**Chart9**
打扫	Chart9

清洁图表9

[tɒp] [ɒv; əv] [reɪndʒ]

TOP	**OF**	**RANGE**
顶部	的	范围

顶级产品

[tɒp] Burners10

Top	**Burners10**
顶部	Burners10

顶级燃烧器10

[ə; eɪ] [θɔːt] [ɔː(r)] [tuː] [əˈbaʊt] [ə; eɪ] [pɒt] [ɔː(r)] Two11

A	**Thought**	**or**	**Two**	**About**	**a**	**Pot**	**or**	**Two11**
一个	想法	或者	二	关于	一个	锅	或者	Two11

关于一两罐水的一两点想法11

[ə; eɪ] [gaɪd] [fɔː(r); fə(r)] [ˈjuːzɪŋ] [ðə; ði] “ [ˈbɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn] ” -

A	**Guide**	**for**	**Using**	**the**	**“**	**Burner**	**-**	**With**	**-**	**A**	**-**	**Brain**	**”**	**13**
一个	指导	为了	使用	这	“	刻录机	-	和	-	一个	-	脑	”	-

“带大脑的燃烧器”使用指南13

[ˈresəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] “ [ˈbɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn] ” -

Recipes	**for**	**“**	**Burner**	**-**	**With**	**-**	**A**	**-**	**Brain**	**”**	**17**
食谱	为了	“	刻录机	-	和	-	一个	-	脑	”	-

“脑子进水的火炉”食谱17

Griddle20

Griddle20
Griddle20

网格20

[ˈʌv(ə)n]

OVEN
烤箱

烤箱

[bluː] [fleɪm] [ˈʌv(ə)n] Tips22

Blue	**Flame**	**Oven**	**Tips22**
蓝色的	火焰	烤箱	Tips22

蓝焰烤箱使用技巧22

[juːz] [ɒv; əv] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm] Foil22

Use	**of**	**Aluminum**	**Foil22**
使用	的	铝	Foil22

铝箔的使用22

[miːt] Probe23

Meat	**Probe23**
肉	Probe23

肉类探针23

[miːt] [ænd; ənd] [ˈpəʊltri] [ˈrəʊstɪŋ] Guide24

Meat	**and**	**Poultry**	**Roasting**	**Guide24**
肉	和	家禽	烘焙	Guide24

肉类和家禽烘烤指南24

[ˈresəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] Oven26

Recipes	**for**	**Oven26**
食谱	为了	Oven26

Oven26 的食谱

[ləʊ] - [ˈtemprətʃə(r)] [ˈʌv(ə)n] Control28

Low	**-**	**Temperature**	**Oven**	**Control28**
低的	-	温度	烤箱	Control28

低温烤箱控制28

[kiːp] - [wɔːm] [ˈtemprətʃər] [fɔː(r); fə(r)] [ˈʌv(ə)n] - [kʊkt] Foods30

Keep	**-**	**Warm**	**Temperatures**	**For**	**Oven**	**-**	**Cooked**	**Foods30**
保持	-	温暖的	温度	为了	烤箱	-	煮熟	Foods30

烤箱烹饪食物的保温温度30

[ki:p] - [wɔ:m] ['temprətʃər] [fɔ:(r); fə(r)] [tɒp] - ['bɜ:nə(r)] - [kʊkt] Foods31

Keep	-	Warm	Temperatures	For	Top	-	Burner	-	Cooked	Foods31
保持	-	温暖的	温度	为了	顶部	-	刻录机	-	煮熟	Foods31

炉灶烹饪食物的保温温度31

[tu:; tə] [θɔ:] ['frəʊz(ə)n] Foods31

To	Thaw	Frozen	Foods31
到	解冻	冷冻	Foods31

解冻冷冻食品31

['prəʊgræmd] Cooking32

Programmed	Cooking32
程序	Cooking32

程序化烹饪32

['prəʊgræmd] ['ʌv(ə)n] Meals34

Programmed	Oven	Meals34
程序	烤箱	Meals34

烤箱程序餐34

['si:krəts] [ɒv; əv] ['betə(r)] Baking38

Secrets	of	Better	Baking38
秘密	的	更好的	Baking38

烘焙秘诀38

['brɔɪlə(r)]

BROILER

肉鸡

肉鸡

['dʒen(ə)rəl] ['brɔɪlɪŋ] Tips40

General	Broiling	Tips40
一般的	烤制	Tips40

烧烤通用技巧40

[ˌɪnfrə'red] ['brɔɪlɪŋ] Guide41

Infrared	Broiling	Guide41
红外线的	烤制	Guide41

红外线烧烤指南41

[ri:'hi:tɪŋ] [fu:d] [ɪn] [ðə; ði] [ˌɪnfrə'red] Broiler42

Reheating	Food	in	the	Infrared	Broiler42
再加热	食物	在	这	红外线的	Broiler42

用红外线烤炉重新加热食物42

[kən'venʃən(ə)l] ['brɔɪlɪŋ] [gaɪd] [fɔ:(r); fə(r)] ['ʌðə(r)] Foods42

Conventional	Broiling	Guide	For	Other	Foods42
传统的	烤制	指导	为了	其他	Foods42

其他食物的常规烧烤指南42

['brɔɪlə(r)] Recipes43

Broiler	Recipes43
肉鸡	Recipes43

肉鸡食谱43

[rəʊ'tɪsəri]

ROTISSERIE

烤肉架

烤肉店

[rəʊ'tɪsəri] Tips45

Rotisserie	Tips45
烤肉架	Tips45

烤肉架小贴士45

[kən'venʃən(ə)l] ['bɜːnə(r)] [rəʊ'tɪsəri] Guide46

Conventional	Burner	Rotisserie	Guide46
传统的	刻录机	烤肉架	Guide46

传统燃烧器旋转烤肉架指南46

[ˌɪnfrə'red] ['bɜːnə(r)] [rəʊ'tɪsəri] Guide47

Infrared	Burner	Rotisserie	Guide47
红外线的	刻录机	烤肉架	Guide47

红外线燃烧器烤肉架指南47

['kɪtʃɪn] [tɔːk]

KITCHEN	TALK
厨房	讲话

厨房闲聊

['kʊkɪŋ] [tɜːmz] [ænd; ənd] Methods48

Cooking	Terms	and	Methods48
烹饪	条款	和	Methods48

烹饪术语和方法48

['meʒərɪŋ] [ðə; ði] [raɪt] Way49

Measuring	the	Right	Way49
测量	这	正确的	Way49

正确的测量方法49

['kɒmən] [kæn; kən][ænd; ənd][dʒɑː(r)] Sizes50

Common	Can	and	Jar	Sizes50
常见的	能	和	罐	Sizes50

常见罐头和瓶子尺寸50

['sʌbstɪtjuːtɪŋ] Ingredients516

Substituting	Ingredients516
替换	Ingredients516

替换成分516

[keə(r)][ænd; ənd] ['kliːnɪŋ]

CARE	AND	CLEANING
关心	和	打扫

保养与清洁

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [jɔː(r); jə(r)][gæs] [reɪndʒ] [ɪz][æz; əz] ['iːzi] [tuː; tə][keə(r)][fɔː(r); fə(r)][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz]

You	will	find	that	your	Gas	Range	is	as	easy	to	care	for	as	it	is
你	将要	寻找	那	你的	气体	范围	是	作为	简单的	到	关心	为了	作为	它	是

[tuː; tə][juːz] .

to	use	.
到	使用	.

你会发现，你的燃气灶不仅使用方便，保养也同样简单。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [sə'dʒestʃənz] [wɪl] [help] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] ['lʊkɪŋ] — [ænd; ənd] ['kʊkɪŋ] — [laɪk] [njuː] .

The	following	suggestions	will	help	keep	it	looking	—	and	cooking	—	like	new	.
这	下列的	建议	将要	帮助	保持	它	寻找	—	和	烹饪	—	喜欢	新的	.

以下建议将有助于保持它的外观和烹饪效果都像新的一样。

[rɪ'membə(r)] , [gʊd] [keə(r)] [miːnz] [lɒŋgə(r)][weə(r)][ænd; ənd]['mæksɪməm] [gʊd] ['sɜːvɪs] [frɒm; frəm] ['eni] ['haʊshəʊld] [ə'plaɪəns] .

Remember	,	good	care	means	longer	wear	and	maximum	good	service	from	any	household	appliance	.
记住	,	好的	关心	方法	更长	穿	和	最大限度	好的	服务	从	任何	家庭	器具	.

记住，良好的保养意味着家用电器能够延长使用寿命并发挥最大效用。

[æn; ən] [aʊns] [ɒv; əv] [prɪ'venʃn] :
AN **OUNCE** **OF** **PREVENTION** **:**
一个 盎司 的 预防 :

预防胜于治疗:

[wʌn] . [juːz] [kə'rekt] [fleɪm] [saɪz] .
1 **.** **Use** **correct** **flame** **size** **.**
1 . 使用 正确的 火焰 尺寸 .

1. 使用正确的火焰大小。

[ə; eɪ] [fleɪm] [wɪtʃ] [ɪz] [tuː] [haɪ] [wɪl] [kɔːz] ['spætərɪŋ] [ænd; ənd]['spɪlˌoʊvərz] .
A **flame** **which** **is** **too** **high** **will** **cause** **spattering** **and** **spillovers** **.**
一个 火焰 哪个 是 也 高的 将要 原因 飞溅 和 溢出效应 .

火焰过高会导致飞溅和溢出。

['ɔːlsəʊ] , [ə'vɔɪd] ['əʊvəˌfilɪŋ] [juː'tensɪlz] . [ˌtuː'tuː] .
Also **,** **avoid** **overfilling** **utensils** **.** **2** **.**
还 , 避免 溢出 餐具 . 2 .

此外，还要避免餐具装得太满。2.

[bɪ'fɔː(r)] ['pʊtɪŋ] [juː'tensɪlz]['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ɔː(r)][ɒn][ə; eɪ] ['sɜːfɪs] ['bɜːnə(r)] ,
Before **putting** **utensils** **into** **the** **oven** **or** **on** **a** **surface** **burner** **,**
前 推杆 餐具 进入 这 烤箱 或者 在 一个 表面 刻录机 ,

在将餐具放入烤箱或炉灶上之前，

[biː; bi][ʃʊə(r)][ˌaʊt'saɪd][ɒv; əv][pæn][ɪz] ['θʌrəli] [kliːn] . [θriː] .
be **sure** **outside** **of** **pan** **is** **thoroughly** **clean** **.** **3** **.**
是 当然 外部 的 平底锅 是 彻底 干净的 . 3 .

确保锅的外侧彻底清洁。3.

[taɪm] ['kʊkɪŋ] [ɑːpə'reɪʃnz] ['prɒpəli] , [ænd; ənd][juːz] [kə'rekt] ['temprətʃər] [fɔː(r); fə(r)] ['rəʊstɪŋ] ,
Time **cooking** **operations** **properly** **,** **and** **use** **CORRECT** **TEMPERATURES** **for** **roasting** **,**
时间 烹饪 运营 适当地 , 和 使用 正确的 温度 为了 烘焙 ,
['beɪkɪŋ] [ænd; ənd] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)] ['kʊkɪŋ] .
baking **and** **thermostatic** **top** **burner** **cooking** **.**
烘烤 和 恒温 顶部 刻录机 烹饪 .

烹饪操作要掌握好时间，烘烤、焙烤和恒温炉灶烹饪要使用正确的温度。

[ðɪs] [wɪl] [nɒt]['əʊnli] [gɪv] [juː; jʊ]['betə(r)] ['kʊkɪŋ] [rɪ'zʌlts] ,
This **will** **not** **only** **give** **you** **better** **cooking** **results** **,**
这 将要 不是 仅有的 给 你 更好的 烹饪 结果 ,

这不仅能让你获得更好的烹饪效果，

[bʌt; bət]['ɔːlsəʊ] [ɪ'lɪmɪneɪt] [ðə; ði] [ˌpɒsə'bɪlətɪ] [ɒv; əv]['spɪlˌoʊvərz][ænd; ənd] [hɑːd] - [tuː; tə] - [kliːn] [pænz] .
but **also** **eliminate** **the** **possibility** **of** **spillovers** **and** **hard** **-** **to** **-** **clean** **pans** **.**
但 还 排除 这 可能性 的 溢出效应 和 难的 - 到 - 干净的 平底锅 .
[fɔːr] .
4 **.**
4 .

同时也消除了溢出和难以清洗的锅具的可能性。4.

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][keə(r)] ['regjələli] [kiːps] [ə; eɪ][reɪndʒ][laɪk] [njuː] [ænd; ənd][ɪz] [mʌtʃ] ['iːzɪə] [ðæn; ðən] ['weɪtɪŋ]
A **little** **care** **regularly** **keeps** **a** **range** **like** **new** **and** **is** **much** **easier** **than** **waiting**
一个 小的 关心 经常 保持 一个 范围 喜欢 新的 和 是 很多 更轻松 比 等待
[ʌn'tɪl] [steɪnz] [ɑː(r); ə(r)] [kʊkt] [ɒn][ænd; ənd][ə; eɪ]['meɪdʒə(r)] ['kliːnɪŋ] [dʒɒb][ɪz] ['nesəsəri] .
until **stains** **are** **cooked** **on** **and** **a** **major** **cleaning** **job** **is** **necessary** **.**
直到 污渍 是 煮熟 在 和 一个 主要的 打扫 工作 是 必要的 .

定期稍加保养就能让炉灶保持如新，这比等到污渍烧焦需要大修时再进行清洁要容易得多。

[ɔːl] ['sɜːrfɪs] [kæn; kən] ['seɪfli] [biː; bi] [wɒʃt] [wɪð] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd][hɒt]['wɔːtə(r)] .
All **surfaces** **can** **safely** **be** **washed** **with** **detergent** **and** **hot** **water** **.**
全部 表面 能 安全 是 洗过 和 洗涤剂 和 热的 水 .

所有表面均可使用洗涤剂和热水安全清洗。

[tuː; tə] [rɪ'teɪn] [ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l] [ə'pɪərəns] , [rɪns] [ænd; ənd] [weɪp] ['sɜːrfɪs] [draɪ]['ɑːftə(r)] ['wɒʃɪŋ] .

To	retain	the	original	appearance	,	RINSE	and	wipe	surfaces	dry	after	washing	.
到	保持	这	原来的	外貌	,	冲洗	和	擦拭	表面	干燥	后	洗涤	.

[faɪv] .

5	.
5	.

为保持原有外观，清洗后请冲洗并擦干表面。5.

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [faɪn] ['pɔːsəlɪn] [ɪ'næm(ə)l][ænd; ənd] ['pɒlɪʃt] ['met(ə)l] ['fɪnɪʃɪz] [friː] [ɒv; əv] ['skrætʃɪz]

To	keep	the	fine	porcelain	enamel	and	polished	metal	finishes	free	of	scratches
到	保持	这	美好的	瓷	搪瓷	和	抛光	金属	完成	自由的	的	划痕

,

,

,

为了保持精美的瓷釉和抛光金属表面不被刮伤，

[ə'vɔɪd][ðə; ði][juːz][ɒv; əv] ['grɪti] ,

avoid	the	use	of	gritty	,
避免	这	使用	的	粗粝的	,

避免使用粗糙的，

[hɑːʃ] ['klenzəz] [ænd; ənd] [ə'breɪsɪvz] [wɪtʃ] [ɪn][taɪm] [teɪk] [ə'weɪ] [ðə; ði] ['ʃaɪni] [njuː] ['fɪnɪʃ] . [sɪks] .

harsh	cleansers	and	abrasives	which	in	time	take	away	the	shiny	new	finish	.	6	.
残酷的	清洁剂	和	磨料	哪个	在	时间	拿	离开	这	闪亮的	新的	结束	.	6	.

刺激性强的清洁剂和研磨剂会逐渐磨损表面，使其失去光泽。6.

[ɪf] ['æsɪd] [fuːdz] [sʌtʃ] [æz; əz] [fruːt][dʒuːs] , ['vɪnɪgə(r)] , ['kɒfi] , [tiː] [ɔː(r)][mɪlk][ɑː(r); ə(r)] [spɪld] [ɒn]

If	acid	foods	such	as	fruit	juices	,	vinegar	,	coffee	,	tea	or	milk	are	spilled	on
如果	酸	食物	这样的	作为	水果	果汁	,	醋	,	咖啡	,	茶	或者	牛奶	是	洒了	在

[ðə; ði][reɪndʒ] ,

the	range	,
这	范围	,

如果酸性食物，例如果汁、醋、咖啡、茶或牛奶，洒在炉灶上，

[waɪp][ðem; ðəm] [ɒf] [ɪ'miːdiətli] [tuː; tə] [gɑːd] [ə'genst] ['pɜːmənənt] [dɪsˌkʌlə'reɪʃn] [ɒv; əv][ðə; ði] ['fɪnɪʃ]

wipe	them	off	immediately	to	guard	against	permanent	discoloration	of	the	finish
擦拭	他们	离开	立即地	到	警卫	反对	永恒的	变色	的	这	结束

. ['sɛvən] .

:	7	:
.	7	.

立即擦掉，以防止表面永久性变色。7.

['nevə(r)] [pleɪs] [ɪk'striːmli] [hɒt][juː'tensɪlz][ɒn][ðə; ði] ['pɔːsəlɪn] ['fɪnɪʃt] ['eərɪəz] .

Never	place	extremely	hot	utensils	on	the	porcelain	finished	areas	.
绝不	地方	极其	热的	餐具	在	这	瓷	完成的	区域	.

切勿将过热的器具直接放在瓷质表面上。

[ðə; ði] [paʊnd] [ɒv; əv][kjʊə(r)] : [wʌn] .

THE	POUND	OF	CURE	:	1	.
这	磅	的	治愈	:	1	.

一磅治愈之道：1.

[ɪf] [ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ]['spɪləʊvə(r)] [wen] [ðə; ði][reɪndʒ][ɪz] [wɔːm] ,

If	there	is	a	spillover	when	the	range	is	warm	,
如果	那里	是	一个	溢出效应	什么时候	这	范围	是	温暖的	,

如果在温暖的环境中发生溢出，

[waɪp] [ɒf] [wɪð] [ə; eɪ][draɪ] [klɒθ] [ɔː(r)]['peɪpə(r)] ['taʊəl] .

wipe	off	with	a	dry	cloth	or	paper	towel	.
擦拭	离开	和	一个	干燥	布	或者	纸	毛巾	.

用干布或纸巾擦拭干净。

['ɑːftə(r)][ðə; ði][reɪndʒ][ɪz][kuːl] , ['fɪnɪʃ] ['kliːnɪŋ] [wɪð] [wɔːm]['wɔːtə(r)][ænd; ənd][ə; eɪ][maɪld][səʊp] ,

After	the	range	is	cool	,	finish	cleaning	with	warm	water	and	a	mild	soap	,
后	这	范围	是	凉爽的	,	结束	打扫	和	温暖的	水	和	一个	温和的	肥皂	,

待炉灶冷却后，用温水和温和的肥皂彻底清洁。

[ɔː(r)] [wɒʃ] [wɪð] [ə; eɪ][sə'luːʃ(ə)n][ɒv; əv][θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə] [dɪ'zɒlvd] [ɪn][wʌn] [kwɔːt] [ɒv; əv]

or	wash	with	a	solution	of	3	tablespoons	baking	soda	dissolved	in	1	quart	of
或者	洗	和	一个	解决方案	的	3	汤匙	烘烤	苏打	溶解	在	1	夸脱	的

[wɔːm] ['wɔːtə(r)] .

warm	water	.
温暖的	水	.

或者用 3 汤匙小苏打溶于 1 夸脱温水中的溶液清洗。

[rɪns] [ɪn][klɪə(r)] [wɔːm] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd][draɪ] [wɪð] [sɒft] [klɒθ] . [ˌtuː'tuː] .

Rinse	in	clear	warm	water	and	dry	with	soft	cloth	.	2	.
冲洗	在	清除	温暖的	水	和	干燥	和	柔软的	布	.	2	.

用温水冲洗，然后用软布擦干。2.

['nevə(r)] [skreɪp] ['sɜːrfɪs] [wɪð] [ə; eɪ] [ʃɑːp] ['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt] [sʌtʃ] [æz; əz][ə; eɪ] [naɪf] [ɔː(r)]['reɪzə(r)] [bleɪd]

Never	scrape	surfaces	with	a	sharp	object	such	as	a	knife	or	razor	blade
绝不	刮	表面	和	一个	锋利的	目的	这样的	作为	一个	刀	或者	剃刀	刀刃

.

:

·

切勿使用刀或剃须刀片等锋利物品刮擦表面。

[ɪn][məʊst][keɪsɪz] ,

In	most	cases	,
在	最多	案例	,

大多数情况下，

['ɔːd(ə)n(ə)ri] [steɪnz] [kæn; kən][biː; bi] [rɪ'muːvd] [frɒm; frəm][ðə; ði][reɪndʒ] [wɪð] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə][ænd; ənd]

ordinary	stains	can	be	removed	from	the	range	with	baking	soda	and
普通的	污渍	能	是	已移除	从	这	范围	和	烘烤	苏打	和

[ə; eɪ][dæmp] [klɒθ] .

a	damp	cloth	.
一个	潮湿	布	.

炉灶上的普通污渍可以用小苏打和湿布去除。

[ɪf] [ðə; ði][steɪn] [pruːvz] [tuː; tə][biː; bi] ['stʌbən] , [juːz][ə; eɪ][maɪld]['klenzə(r)] [sʌtʃ] [æz; əz][bɒn] - [ɑː'miː] ,

If	the	stain	proves	to	be	stubborn	,	use	a	mild	cleanser	such	as	Bon	-	Ami	,
如果	这	弄脏	证明	到	是	固执的	,	使用	一个	温和的	洁面乳	这样的	作为	邦	-	阿米	,

如果污渍难以去除，请使用温和的清洁剂，例如 Bon-Ami。

[bɑːb] - [əʊ] , [ɔː(r)]['sɪmələ(r)] ['klenzəz] . [θriː] .

Bab	-	O	,	or	similar	cleansers	.	3	.
巴布	-	哦	,	或者	相似的	清洁剂	.	3	.

Bab-O 或类似清洁剂。3.

[ɪn][məʊst][keɪsɪz] , [ə; eɪ][dæmp] [klɒθ] [wɪl] [waɪp][ðə; ði] [krəʊm] ['sɜːfɪs] [kliːn] .

In	most	cases	,	a	damp	cloth	will	wipe	the	chrome	surface	clean	.
在	最多	案例	,	一个	潮湿	布	将要	擦拭	这	铬合金	表面	干净的	.

大多数情况下，用湿布擦拭即可将镀铬表面清洁干净。

[juːz] ['eni][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['meni] [gʊd] [krəʊm] ['kliːnəz] [ɪf] [ðə; ði][steɪnz] [pruːv] [tuː; tə][biː; bi]

Use	any	one	of	the	many	good	chrome	cleaners	if	the	stains	prove	to	be
使用	任何	一	的	这	许多	好的	铬合金	清洁工	如果	这	污渍	证明	到	是

['stʌbən] . [fɔːr] .

stubborn	.	4	.
固执的	.	4	.

如果污渍顽固难除，可以使用市面上众多优质铬清洁剂中的任何一种。4.

[ɔːl] [rɪ'muːvəbl] [pɑːts] ([ɪk'sept] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]) [wɪl] [kliːn] [mɔː(r)] ['iːzəli] [ɪf] [səʊkt] [ɪn]

All	removable	parts	(	except	aluminum	)	will	clean	more	easily	if	soaked	in
全部	可拆卸的	部分	(	除了	铝	)	将要	干净的	更多的	容易地	如果	浸泡过	在

[ə'məʊniə] [ænd; ənd] [hɒt] ['wɔːtə(r)] ([fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [tuː; tə] [ˌtuː'tuː] [kwɔːts]) [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [fjuː] ['aʊəz]

ammonia	and	hot	water	(	4	tablespoons	to	2	quarts	)	for	a	few	hours
氨	和	热的	水	(	4	汤匙	到	2	夸脱	)	为了	一个	很少	小时

. [faɪv] .

.	5	:
.	5	.

所有可拆卸部件（铝制部件除外）浸泡在氨水和热水（4 汤匙氨水兑 2 夸脱热水）中几个小时后，会更容易清洗干净。

5.

[ɪf] [fuːd] [spɪlz] ['əʊvə(r)] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] , ['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt] [tuː; tə] [stɒp] [smәʊk] [ænd; ənd] ['әʊdə(r)] .

If	food	spills	over	in	the	oven	,	sprinkle	with	salt	to	stop	smoke	and	odor	.
如果	食物	溢出物	超过	在	这	烤箱	,	撒	和	盐	到	停止	抽烟	和	气味	.

如果食物溢出烤箱，撒上盐可以止住冒烟和异味。

[kliːn] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] ['fɪnɪʃt] ['beɪkɪŋ] .

Clean	as	soon	as	finished	baking	.
干净的	作为	很快	作为	完成的	烘烤	.

烘焙完成后立即清洗。

['feɪljə(r)] [tuː; tə] [duː; də] [səʊ] [meɪ] [rɪ'zʌlt] [ɪn] [ə; eɪ] ['pɜːmənəntli] ['pɪtɪd] ['sɜːfɪs] . ['sɛvən]

Failure	to	do	so	may	result	in	a	permanently	pitted	surface	.	7
失败	到	做	所以	可能	结果	在	一个	永久的	凹坑	表面	.	7

否则可能会导致表面永久性凹坑。7

[kʊk] [tɒp]

COOK	TOP
厨师	顶部

灶台

['bɜːrnər]

BURNERS
燃烧器

燃烧器

['bɜːrnər] [kæn; kən] [biː; bi] [waɪpt] [ɒf] [wɪ'ðaʊt] [rɪ'muːvɪŋ] [ðem; ðəm] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [reɪndʒ] .

Burners	can	be	wiped	off	without	removing	them	from	the	range	.
燃烧器	能	是	擦拭	离开	没有	移除	他们	从	这	范围	.

无需将炉灶从炉灶上取下，即可擦拭燃烧器。

[haʊ'evə(r)] , [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'muːvəbl] [fɔː(r); fə(r)] [æn; ən] [ə'keɪʒən(ə)l] ['θʌrə] ['wɒʃɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ]

However	,	they	are	removable	for	an	occasional	thorough	washing	in	a
然而	,	他们	是	可拆卸的	为了	一个	偶然	彻底	洗涤	在	一个

[sə'luːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [dɪ'tɜːdʒənt] ['wɔːtə(r)] .

solution	of	detergent	water	.
解决方案	的	洗涤剂	水	.

但是，它们可以拆卸下来，以便偶尔用洗涤剂水溶液彻底清洗。

[rɪ'muːv] ['stʌbən] [spɒts] [wɪð] [ə; eɪ] [dæmp] [klɒθ] [ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə] .

Remove	stubborn	spots	with	a	damp	cloth	and	baking	soda	.
消除	固执的	地点	和	一个	潮湿	布	和	烘烤	苏打	.

用湿布蘸小苏打去除顽固污渍。

[ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] [pleɪst] [ɪn] [æn; ən] [ɪn'vɜːtɪd] [pə'zɪʃ(ə)n] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːm] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] [biː; bi] [draɪd] .

They	may	be	placed	in	an	inverted	position	in	a	warm	oven	to	be	dried	.
他们	可能	是	放置	在	一个	倒	位置	在	一个	温暖的	烤箱	到	是	干燥	.

可以将它们倒置放入温暖的烤箱中烘干。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt] [ˈnesəsəri] [tuː; tə][bɔɪl] [ˈbɜːrnər] .

It	is	not	necessary	to	boil	burners	.
它	是	不是	必要的	到	熬	燃烧器	.

无需将炉灶烧开。

[biː; bi][ʃʊə(r)][tuː; tə][fɪt] [ˈbɜːrnər] [sɪˈkjʊəli] [bæk] [ˈɪntuː] [pleɪs] .

Be	sure	to	fit	burners	securely	back	into	place	.
是	当然	到	合身	燃烧器	安全地	后退	进入	地方	.

务必将燃烧器牢固地安装回原位。

[ˈbɜːnə(r)] [pɔːts]

BURNER	PORTS
刻录机	端口

燃烧器端口

[tuː; tə] [kliːn] [tɒp][ˈbɜːnə(r)] [pɔːts] ,

To	clean	top	burner	ports	,
到	干净的	顶部	刻录机	端口	,

清洁顶部燃烧器喷嘴，

[juːz][ə; eɪ][paɪp][ˈkliːnə(r)] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [dip] [ɪn] [əˈməʊniə] [ɔː(r)][ə; eɪ][ˈwaɪə(r)] ,

use	a	pipe	cleaner	which	has	been	dipped	in	ammonia	or	a	wire	,
使用	一个	管道	清洁工	哪个	有	到过	浸入	在	氨	或者	一个	金属丝	,

使用浸过氨水的管道清洁刷或金属丝，

[sʌtʃ] [æz; əz][ə; eɪ] [ˈstreɪt(ə)nd] [aʊt][ˈpeɪpə(r)][klɪp][ˈrɑːðə(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [ˈtuːθpɪk] [wɪtʃ] [kʊd; kəd]

such	as	a	straightened	out	paper	clip	rather	than	a	toothpick	which	could
这样的	作为	一个	拉直	出去	纸	夹子	相当	比	一个	牙签	哪个	可以

[breɪk] [ɒf] [ænd; ənd] [ˈfɜːðə(r)] [klɒg][ðə; ði] [pɔːts] .

break	off	and	further	clog	the	ports	.
休息	离开	和	更远	阻塞	这	端口	.

例如，可以使用拉直的回形针，而不是牙签，因为牙签可能会断裂并进一步堵塞端口。

[ˌθɜːməˈstætɪk] [ˈsensɪŋ] [dɪˈvaɪs]

THERMOSTATIC	SENSING	DEVICE
恒温	传感	设备

热敏传感装置

[ˈkʊkɪŋ] [ɪz] [ˈkeəfriː] [ænd; ənd] [ˈækjərət] [ɪf] [ðə; ði] [ˈsensɪŋ] [dɪˈvaɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [ˌθɜːməˈstætɪk] [tɒp]

Cooking	is	carefree	and	accurate	if	the	sensing	device	of	the	thermostatic	top
烹饪	是	畅快	和	准确的	如果	这	传感	设备	的	这	恒温	顶部

['bɜːnə(r)][ɪz] [kept] [kliːn] .

burner	is	kept	clean	.
刻录机	是	保留	干净的	.

如果恒温炉灶的感应装置保持清洁，烹饪就会轻松精准。

['sɪmpli] [waɪp] [wɪð] [ə; eɪ][dæmp] [klɒθ] [ɔː(r)] [rɪˈmuːv] ['stʌbən] [spɒts] [wɪð] ['səʊplɪs] , [faɪn] [stiːl] [wʊl] .

Simply	wipe	with	a	damp	cloth	or	remove	stubborn	spots	with	SOAPLESS	,	fine	steel	wool	.
简单地	擦拭	和	一个	潮湿	布	或者	消除	固执的	地点	和	无皂	,	美好的	钢	羊毛	.

只需用湿布擦拭即可，或者用无皂细钢丝绒去除顽固污渍。

['dʒen(ə)rəli][ðə; ði] ['sensɪŋ] [dɪˈvaɪsɪz][duː; də][nɒt][lɪft][aʊt] , [haʊˈevə(r)] , [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [ɪkˈsepʃnz] .

Generally	the	sensing	devices	do	not	lift	out	,	however	,	there	are	exceptions	.
一般来说	这	传感	设备	做	不是	举起	出去	,	然而	,	那里	是	例外情况	.

一般情况下，传感装置不会脱落，但也有例外。

[rɪˈfɜː(r)][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)][reɪndʒ][ˌmænjʊˈfæktʃərərz]['mænjuəl][fɔː(r); fə(r)][spəˈsɪfɪk] [ɪnˈstrʌkʃənz] .

Refer	to	your	range	manufacturer's	manual	for	specific	instructions	.
参考	到	你的	范围	制造商的	手动的	为了	具体的	指示	.

请参阅您炉灶制造商的使用手册以获取具体说明。

['bɜːnə(r)] [bəʊlz] , [grɪdz] , [drɪp] [treɪz]
BURNER BOWLS , GRIDS , DRIP TRAYS
刻录机 碗 , 网格 , 滴 托盘

燃烧器碗、炉架、滴油盘

['bɜːnə(r)] [bəʊlz] , [grɪdz] [ænd; ənd] [drɪp] [treɪz] [kæn; kən] [biː; bi] [rɪ'muːvd] [fɔː(r); fə(r)] ['wɒʃɪŋ] [æt; ət] [ðə; ði]
Burner bowls , grids and drip trays can be removed for washing at the
刻录机 碗 , 网格 和 滴 托盘 能 是 已移除 为了 洗涤 在 这
[sɪŋk] .
sink .
下沉 .

炉灶碗、炉架和滴水盘都可以拆卸下来，在水槽中清洗。

[wɒʃ] [wɪð] [maɪld] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd] [hɒt] ['wɔːtə(r)] .
Wash with mild detergent and hot water .
洗 和 温和的 洗涤剂 和 热的 水 .

用温和的洗涤剂和热水清洗。

[ɪf] [ɪ'speʃəli] [sɔɪld] , [səʊk] [ɪn] [ə; eɪ] [sə'luːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [hɒt] [ə'məʊniə] ['wɔːtə(r)] .
If especially soiled , soak in a solution of hot ammonia water .
如果 尤其 脏的 , 浸泡 在 一个 解决方案 的 热的 氨 水 .

如果特别脏，可以用热氨水溶液浸泡。

[rɪ'muːv] ['stʌbən] [spɒts] [wɪð] [ə; eɪ] [dæmp] [klɒθ] [ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə] .
Remove stubborn spots with a damp cloth and baking soda .
消除 固执的 地点 和 一个 潮湿 布 和 烘烤 苏打 .

用湿布蘸小苏打去除顽固污渍。

['bɜːnə(r)] [kən'trəʊl]
BURNER CONTROL
刻录机 控制

燃烧器控制

['bɜːnə(r)][kən'trəʊl] [nɒbz] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'muːvəbl] .
Burner control knobs are removable .
刻录机 控制 旋钮 是 可拆卸的 .

燃烧器控制旋钮是可拆卸的。

[biː; bi][ʃʊə(r)][kən'trəʊl][ɪz][ɪn] [ɒf] [pə'zɪʃ(ə)n] [bɪ'fɔː(r)] [rɪ'muːvɪŋ] [nɒb] .
Be sure control is in OFF position before removing knob .
是 当然 控制 是 在 离开 位置 前 移除 旋钮 .

拆卸旋钮前，请务必确保控制开关处于关闭位置。

[ɪf] [nɒbz] [duː; də] [nɒt] [rɪ'muːv] ['iːzəli] ,
If knobs do not remove easily ,
如果 旋钮 做 不是 消除 容易地 ,

如果旋钮不容易拆卸，

[slaɪd] [ə; eɪ] [dɪʃ] ['taʊəl] [ɔː(r)] [klɒθ] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] [edʒ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nɒb] ; [ɪn'sɜːkl] [ðə; ði] [nɒb]
slide a dish towel or cloth under the edge of the knob ; encircle the knob
滑动 一个 盘子 毛巾 或者 布 在下面 这 边缘 的 这 旋钮 ; 包围 这 旋钮
[ænd; ənd] [pʊl] .
and pull .
和 拉 .

将一块抹布或抹布塞到旋钮边缘下方；绕住旋钮并向外拉。

[wɒʃ] [wɪð] [maɪld] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd] [hɒt] ['wɔːtə(r)] .
Wash with mild detergent and hot water .
洗 和 温和的 洗涤剂 和 热的 水 .

用温和的洗涤剂和热水清洗。

['ʌv(ə)n]
OVEN
烤箱

烤箱

['ʌv(ə)n] [ɪn'tɪəriə(r)]
OVEN **INTERIOR**
烤箱 内部的

烤箱内部

[ðə; ði]['ʌv(ə)n][ɪn'tɪəriə(r)][ænd; ənd][ɔ:l] [rɪ'mu:vəbl] [pɑ:ts] [kli:n] [mʌtʃ] ['i:zɪə] [ɪf] [ə; eɪ] [smɔ:l] [dɪʃ] [ɒv; əv]
The **oven** **interior** **and** **all** **removable** **parts** **clean** **much** **easier** **if** **a** **small** **dish** **of**
这 烤箱 内部的 和 全部 可拆卸的 部分 干净的 很多 更轻松 如果 一个 小的 盘子 的
[ˌʌndaɪ'lu:tɪd; ˌʌndaɪ'lju:tɪd] ['haʊshəʊld] [ə'məʊniə] [ɪz] [ə'laʊd] [tu:; tə][stænd][ɪn][ˌaɪ 'ti:][fɔ:(r); fə(r)] ['sevrəl]
undiluted **household** **ammonia** **is** **allowed** **to** **stand** **in** **it** **for** **several**
未稀释的 家庭 氨 是 允许 到 站立 在 它 为了 一些
['aʊəz] [ɔ:(r)] [ˌəʊvə'naɪt] ['praɪə(r)][tu:; tə] ['wɒʃɪŋ] .
hours **or** **overnight** **prior** **to** **washing** **.**
小时 或者 过夜 事先的 到 洗涤 .

如果在清洗前，将一小碟未稀释的家用氨水放入烤箱内部和所有可拆卸部件中浸泡几个小时或过夜，则烤箱内部和所有可拆卸部件会更容易清洁。

[ɪn][məʊst][keɪsɪz] , ['kli:nɪŋ] [kæn; kən][bi:; bi] [kəm'plitɪd] [wɪð] [hɒt] ['səʊpi] ['wɔ:tə(r)] .
In **most** **cases** **,** **cleaning** **can** **be** **completed** **with** **hot** **soapy** **water** **.**
在 最多 案例 , 打扫 能 是 完全的 和 热的 肥皂泡 水 .

大多数情况下，用热肥皂水即可完成清洁。

['beɪkɪŋ] ['səʊdə][ɔ:(r)][ə; eɪ][maɪld] ['klenzə(r)] [kæn; kən][bi:; bi] [ju:st] [ɒn] ['stʌbən] [spɒts] [ænd; ənd] [steɪnz] .
Baking **soda** **or** **a** **mild** **cleanser** **can** **be** **used** **on** **stubborn** **spots** **and** **stains** **.**
烘烤 苏打 或者 一个 温和的 洁面乳 能 是 用过的 在 固执的 地点 和 污渍 .

对于顽固污渍，可以使用小苏打或温和的清洁剂。

[səʊp] [fɪld] [sti:l] [wʊl] [pædz] [meɪ] [bi:; bi] [ju:st] [ɪf] [wel] ['mɔɪsnd] [ænd; ənd] [ju:st] ['dʒentli] .
Soap **filled** **steel** **wool** **pads** **may** **be** **used** **if** **well** **moistened** **and** **used** **gently** **.**
肥皂 已填 钢 羊毛 垫子 可能 是 用过的 如果出色地 湿润 和 用过的 轻轻地 .

可以使用浸有肥皂的钢丝绒垫，但需充分润湿并轻柔使用。

['teflɒn] - [laɪnd]['ʌv(ə)n] :
Teflon **-** **lined** **oven** **:**
特氟龙 - 衬里 烤箱 :

特氟龙内衬烤箱：

[rɪ'fɜ:(r)][tu:; tə][reɪndʒ][ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['bʊklət] .
Refer **to** **range** **manufacturer's** **instruction** **booklet** **.**
参考 到 范围 制造商的 操作说明 小册子 .

请参阅炉灶制造商的使用说明书。

['ʌv(ə)n] ['wɪndəʊz]
OVEN **WINDOWS**
烤箱 视窗

烤箱窗

['ʌv(ə)n] ['wɪndəʊz] [ɑ:(r); ə(r)][nɒt] [rɪ'mu:vəbl] [ɪn][məʊst]['reɪndʒɪz] .
Oven **windows** **are** **not** **removable** **in** **most** **ranges** **.**
烤箱 视窗 是 不是 可拆卸的 在 最多 范围 .

大多数炉灶的烤箱门窗是不可拆卸的。

[wɒʃ] [ɪn] [pleɪs] [wɪð] [maɪld] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)][ɔː(r)][ə; eɪ][sə'luːʃ(ə)n][ɒv; əv] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə]

Wash	in	place	with	mild	detergent	and	water	or	a	solution	of	baking	soda
洗	在	地方	和	温和的	洗涤剂	和	水	或者	一个	解决方案	的	烘烤	苏打

[ænd; ənd]['wɔːtə(r)] ([θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [tuː; tə][wʌn][kʌp]['wɔːtə(r)]) .

and	water	(	3	tablespoons	to	1	cup	water	)	.
和	水	(	3	汤匙	到	1	杯子	水	)	.

用温和的洗涤剂和水或小苏打和水的溶液（3汤匙小苏打兑1杯水）进行原地清洗。

['ʌv(ə)n] [dɔːz]

OVEN	DOORS
烤箱	门

烤箱门

['ʌv(ə)n] [dɔːz] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'muːvəbl] [ɒn][sʌm; səm]['reɪndʒɪz][fɔː(r); fə(r)] ['iːzi] ['kliːnɪŋ] .

Oven	doors	are	removable	on	some	ranges	for	easy	cleaning	.
烤箱	门	是	可拆卸的	在	一些	范围	为了	简单的	打扫	.

部分炉灶的烤箱门是可拆卸的，方便清洁。

['ɔːlsəʊ] , [wʌns] [rɪ'muːvd] , ['ækses] [tuː; tə][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ɪn'tɪəriə(r)][ɪz] ['iːzi] .

Also	,	once	removed	,	access	to	the	oven	interior	is	easy	.
还	,	一次	已移除	,	使用权	到	这	烤箱	内部的	是	简单的	.

此外，一旦拆下，就很容易进入烤箱内部。

[rɪ'fɜː(r)][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)][reɪndʒ][ˌmænjʊ'fæktʃərərz]['mænjuəl] [rɪ'gɑːdɪŋ] [ðɪs] ['fiːtʃə(r)] .

Refer	to	your	range	manufacturer's	manual	regarding	this	feature	.
参考	到	你的	范围	制造商的	手动的	关于	这	特征	.

有关此功能，请参阅您炉灶制造商的使用手册。

['ʌv(ə)n] ['bɒtəm]

OVEN	BOTTOM
烤箱	底部

烤箱底部

[ðə; ði]['ʌv(ə)n] ['bɒtəm] [ænd; ənd]['ʌv(ə)n] [ræks] [ɑː(r); ə(r)] ['iːzəli] [rɪ'muːvd] [fɔː(r); fə(r)] ['kliːnɪŋ] [æt; ət][ðə; ði]

The	oven	bottom	and	oven	racks	are	easily	removed	for	cleaning	at	the
这	烤箱	底部	和	烤箱	货架	是	容易地	已移除	为了	打扫	在	这

[sɪŋk][ɪn][maɪld] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] .

sink	in	mild	detergent	and	water	.
下沉	在	温和的	洗涤剂	和	水	.

烤箱底部和烤架可以轻松拆卸，以便在水槽中用温和的清洁剂和水进行清洗。

[ɪf] ['nesəsəri] , [kliːn] [wɪð] [faɪn] [stiːl] [wʊl] [pædz] , [rɪns] [wel] [ænd; ənd] [waɪp] [draɪ] .

If	necessary	,	clean	with	fine	steel	wool	pads	,	rinse	well	and	wipe	dry	.
如果	必要的	,	干净的	和	美好的	钢	羊毛	垫子	,	冲洗	出色地	和	擦拭	干燥	.

如有必要，可用细钢丝绒垫清洁，彻底冲洗并擦干。

[biː; bi][ʃʊə(r)][tuː; tə] [rɪ'pleɪs] [ɪn] [kə'rekt] [pə'zɪʃ(ə)n][fɔː(r); fə(r)]['iːv(ə)n] [hiːt] [ˌdɪstrɪ'bjuːʃn] . [eit]

Be	sure	to	replace	in	correct	position	for	even	heat	distribution	.	8
是	当然	到	代替	在	正确的	位置	为了	甚至	热	分配	.	8

务必将其重新安装到正确位置，以确保均匀受热。8

[miːt] [prəʊb]

MEAT	PROBE
肉	探测

肉类探针

[ə; eɪ] [miːt] [prəʊb] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [ɪ'mɜːst] [ɪn]['wɔːtə(r)] [wen] [kliːnd] .

A	meat	probe	should	not	be	immersed	in	water	when	cleaned	.
一个	肉	探测	应该	不是	是	沉浸式	在	水	什么时候	已清洗	.

清洗肉类温度探针时，不应将其浸入水中。

[waɪp] [wɪð] [ə; eɪ][dæmp] [klɒθ] .

Wipe	**with**	**a**	**damp**	**cloth**	**.**
擦拭	和	一个	潮湿	布	.

用湿布擦拭。

[ə; eɪ] [miːt] [prəʊb] [ɪz] [ə; eɪ] ['delɪkət] ['ɪnstrəmənt] [wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [ə'bjuːzd] .

A	**meat**	**probe**	**is**	**a**	**delicate**	**instrument**	**which**	**should**	**not**	**be**	**abused**	**.**
一个	肉	探测	是	一个	精美的	乐器	哪个	应该	不是	是	受虐	.

肉类探针是一种精密仪器，不应滥用。

[wen] [ˌdɪskə'nektɪŋ] [ðə; ði] [prəʊb] ['ɑːftə(r)] ['kʊkɪŋ] ,

When	**disconnecting**	**the**	**probe**	**after**	**cooking**	**,**
什么时候	断开连接	这	探测	后	烹饪	,

烹饪结束后断开探针时，

[grɑːsp] [ðə; ði] [plʌg] [ɒn] [wʌn] [end] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['sɒlɪd] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [prəʊb] [ɒn] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [end] .

grasp	**the**	**plug**	**on**	**one**	**end**	**and**	**the**	**solid**	**part**	**of**	**the**	**probe**	**on**	**the**	**other**	**end**	**.**
抓牢	这	插头	在	一	结尾	和	这	坚硬的	部分	的	这	探测	在	这	其他	结尾	.

一手握住插头，一手握住探针的固体部分。

[duː; də] [nɒt] [pʊl] [ɒn] [ðə; ði] ['keɪb(ə)l] [æt; ət] ['eni] [taɪm] .

DO	**NOT**	**PULL**	**ON**	**THE**	**CABLE**	**AT**	**ANY**	**TIME**	**.**
做	不是	拉	在	这	电缆	在	任何	时间	.

任何时候都不要拉扯电缆。

['ɔːlsəʊ] , [ðə; ði] [miːt] [prəʊb] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [stɔː(r)d] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [ɔː(r)] ['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [reɪndʒ] .

Also	**,**	**the**	**meat**	**probe**	**should**	**not**	**be**	**stored**	**in**	**the**	**oven**	**or**	**other**	**parts**	**of**	**the**	**range**	**.**
还	,	这	肉	探测	应该	不是	是	存储	在	这	烤箱	或者	其他	部分	的	这	范围	.

此外，肉类温度探针不应存放在烤箱或炉灶的其他部分。

[sɪns] [ðə; ði] [prəʊb] [kʊd; kəd] [bɪ'kʌm] [dɪ'fektɪv] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ɪk'spəʊzd] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] [ɔː(r)] ['əʊvə(r)]

Since	**the**	**probe**	**could**	**become**	**defective**	**if**	**it**	**is**	**exposed**	**to**	**350**	**degrees**	**or**	**over**
自从	这	探测	可以	变得	有缺陷的	如果	它	是	裸露	到	-	学位	或者	超过

,

,

,

如果探头暴露在 350 度或更高的温度下，可能会出现故障。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [stɔː(r)d] [æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)] .

it	**should**	**be**	**stored**	**at**	**room**	**temperature**	**.**
它	应该	是	存储	在	房间	温度	.

应在室温下保存。

['brɔɪlə(r)]

BROILER

肉鸡

肉鸡

['brɔɪlə(r)] ['kliːnɪŋ] [kæn; kən] [biː; bi] ['mɪnɪmaɪzd] [baɪ] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði] ['brɔɪlə(r)] [pæn] [bɪ'fɔː(r)] [ˌpriː'hiːtɪŋ] ['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] .

Broiler	**pan**	**cleaning**	**can**	**be**	**minimized**	**by**	**removing**	**the**	**broiler**	**pan**	**BEFORE**	**preheating**	**broiler**	**compartment**	**.**
肉鸡	平底锅	打扫	能	是	最小化	经过	移除	这	肉鸡	平底锅	前	预热	肉鸡	隔间	.

在预热烤炉室之前取出烤盘，可以最大限度地减少烤盘的清洁工作。

[kəʊld] [fuːd] [pleɪst] [ɒn] [ə; eɪ] [hɒt] ['brɔɪlə(r)] [pæn] [wɪl] [stɪk] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [pleɪst] [ɪn] [ðə; ði] ['brɔɪlə(r)] .

Cold	**food**	**placed**	**on**	**a**	**hot**	**broiler**	**pan**	**will**	**stick**	**before**	**it**	**is**	**placed**	**in**	**the**	**broiler**	**.**
寒冷的	食物	放置	在	一个	热的	肉鸡	平底锅	将要	戳	前	它	是	放置	在	这	肉鸡	.

冷的食物放在热的烤盘上，还没放进烤箱烤就容易粘盘。

['ɑːftə(r)] [fuːd] [ɪz] [kʊkt] , [rɪ'muːv] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][ðə; ði]['brɔɪlə(r)][pæn][frɒm; frəm]['brɔɪlə(r)]

After	**food**	**is**	**cooked**	**,**	**remove**	**it**	**AND**	**the**	**broiler**	**pan**	**from**	**broiler**
后	食物	是	煮熟	,	消除	它	和	这	肉鸡	平底锅	从	肉鸡

[kəm'pɑːtmənt] .

compartment	**.**
隔间	.

食物煮熟后，将食物和烤盘一起从烤箱中取出。

['drɪpɪŋ] [wɪl] [beɪk] [ɒn][ðə; ði]['brɔɪlə(r)][pæn] [ɪf] [left][ɪn][ə; eɪ][hɒt]['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] .

Drippings	**will**	**bake**	**on**	**the**	**broiler**	**pan**	**if**	**left**	**in**	**a**	**hot**	**broiler**	**compartment**	**.**
滴落物	将要	烤	在	这	肉鸡	平底锅	如果	左边	在	一个	热的	肉鸡	隔间	.

如果将滴落的油脂留在高温的烤箱烤架内，油脂会粘在烤盘上烤焦。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz] [fuːd] [hæz; həz] [biːn] [rɪ'muːvd] [frɒm; frəm][ðə; ði]['brɔɪlə(r)][pæn][pɔː(r)] [ɒf] [griːs] .

As	**soon**	**as**	**food**	**has**	**been**	**removed**	**from**	**the**	**broiler**	**pan**	**pour**	**off**	**grease**	**.**
作为	很快	作为	食物	有	到过	已移除	从	这	肉鸡	平底锅	倒	离开	润滑脂	.

食物从烤盘中取出后，立即倒掉油脂。

['sprɪŋk(ə)l][pæn][ænd; ənd] [ɪn'sɜːt] [wɪð] [səʊp]['paʊdə(r)][ɔː(r)]['lɪkwɪd] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd]['kʌvə(r)] [wɪð]

Sprinkle	**pan**	**and**	**insert**	**with**	**soap**	**powder**	**or**	**liquid**	**detergent**	**and**	**cover**	**with**
撒	平底锅	和	插入	和	肥皂	粉末	或者	液体	洗涤剂	和	覆盖	和

[ə; eɪ][hɒt][dæmp] [klɒθ] [ɔː(r)][wet]['peɪpə(r)] ['taʊəlz] .

a	**hot**	**damp**	**cloth**	**or**	**wet**	**paper**	**towels**	**.**
一个	热的	潮湿	布	或者	湿的	纸	毛巾	.

在锅底和内胆上撒上肥皂粉或洗涤剂，然后用热的湿布或湿纸巾盖住。

['drɪpɪŋ] [wɪl] [stiːm] [ænd; ənd]['luːs(ə)n] [waɪl] [ðə; ði] [miːl] [ɪz] ['biːɪŋ] [sɜːvd] .

Drippings	**will**	**steam**	**and**	**loosen**	**while**	**the**	**meal**	**is**	**being**	**served**	**.**
滴落物	将要	蒸汽	和	松开	尽管	这	一顿饭	是	存在	服务	.

上菜过程中，滴落的油脂会蒸腾并融化。

[ə; eɪ] ['səʊpi] [faɪn] [stiːl] [wʊl] [pæd] [meɪ] ['ɔːlsəʊ][biː; bi] [juːst] [ɪf] ['niːdɪd] .

A	**soapy**	**fine**	**steel**	**wool**	**pad**	**may**	**also**	**be**	**used**	**if**	**needed**	**.**
一个	肥皂泡	美好的	钢	羊毛	软垫	可能	还	是	用过的	如果	需要	.

必要时也可以使用蘸有肥皂水的细钢丝绒垫。

[duː; də][nɒt]['kʌvə(r)]['brɔɪlə(r)][pæn] [ɪn'sɜːt] [wɪð] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [fɔɪl] ['djʊərɪŋ] ['brɔɪlɪŋ] .

Do	**not**	**cover**	**broiler**	**pan**	**insert**	**with**	**aluminum**	**foil**	**during**	**broiling**	**.**
做	不是	覆盖	肉鸡	平底锅	插入	和	铝	挫败	期间	烤制	.

烤制过程中，请勿用铝箔覆盖烤盘内胆。

[griːs] [mʌst; məst][biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][drɪp] [θruː] [ðə; ði]['brɔɪlə(r)][pæn] [ɪn'sɜːt] ['ɪntuː][ðə; ði]['ləʊə(r)]

Grease	**MUST**	**be**	**allowed**	**to**	**drip**	**through**	**the**	**broiler**	**pan**	**insert**	**into**	**the**	**lower**
润滑脂	必须	是	允许	到	滴	通过	这	肉鸡	平底锅	插入	进入	这	降低

[pæn] [ə'weɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [hiːt] .

pan	**away**	**from**	**the**	**heat**	**.**
平底锅	离开	从	这	热	.

必须让油脂从烤盘内衬滴入远离热源的下层烤盘中。

[ək'sesəriz]

ACCESSORIES
配件

配件

[rəʊ'tɪsəri]

ROTISSERIE
烤肉架

烤肉店

[rəʊ'tɪsəri] [wɪð] ['bɜːnə(r)] [ə'bʌv] [fuːd] : [juːz]['brɔɪlə(r)][pæn] [wɪ'ðaʊt] [ɪn'sɜːt] [æz; əz][ə; eɪ][drɪp][pæn] .

Rotisserie	**with**	**burner**	**above**	**food**	**:**	**Use**	**broiler**	**pan**	**without**	**insert**	**as**	**a**	**drip**	**pan**	**.**
烤肉架	和	刻录机	多于	食物	:	使用	肉鸡	平底锅	没有	插入	作为	一个	滴	平底锅	.

带燃烧器的旋转烤架（位于食物上方）：使用不带内衬的烤盘作为滴油盘。

[kiːp] [æt; ət] [liːst] ½ [ɪntʃ] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)][ɪn][pæn][tuː; tə] [ɪ'lɪmɪneɪt] ['spætərɪŋ] [ɒv; əv] ['beɪstɪŋ] ['sɔːsɪz]
Keep **at** **least** **½** **inch** **of** **water** **in** **pan** **to** **eliminate** **spattering** **of** **basting** **sauces**
保持 在 至少 ½ 英寸 的 水 在 平底锅 到 排除 飞溅 的 涂抹 酱汁
[ænd; ənd][tuː; tə][eɪd] ['kliːnɪŋ] .
and **to** **aid** **cleaning** **.**
和 到 援助 打扫 .

锅中至少要留有半英寸的水，以防止酱汁飞溅，并有助于清洗。

[rəʊ'tɪsəri] [wɪð] [ˌɪndə'rekt] [hiːt] [frɒm; frəm]['ʌv(ə)n]['bɜːnə(r)] :
Rotisserie **with** **indirect** **heat** **from** **oven** **burner** **:**
烤肉架 和 间接 热 从 烤箱 刻录机 :

利用烤箱燃烧器间接加热的旋转烤肉架：

['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði] [rəʊ'tɪsəri] [pæn][ɪz][nɒt] [ˌrekə'mendɪd] [wen] ['juːzɪŋ] [ðɪs] [taɪp] [rəʊ'tɪsəri] .
Water **in** **the** **rotisserie** **pan** **is** **not** **recommended** **when** **using** **this** **type** **rotisserie** **.**
水 在 这 烤肉架 平底锅 是 不是 受到推崇的 什么时候 使用 这 类型 烤肉架 .

使用这种类型的烤肉机时，不建议在烤肉盘中加水。

[sɪns] [ðə; ði]['wɔːtə(r)][ɪz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd][ðə; ði]['bɜːnə(r)] — [ðeə(r)][ɪz] [tuː] [mʌtʃ]
Since **the** **water** **is** **between** **the** **food** **and** **the** **burner** **—** **there** **is** **too** **much**
自从 这 水 是 之间 这 食物 和 这 刻录机 — 那里 是 也 很多
['stiːmɪŋ] .
steaming **.**
蒸煮 .

由于水在食物和炉灶之间，所以蒸汽太多。

[ɪn'sted] , ['krʌmp(ə)l][ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][fɔɪl][ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] [rəʊ'tɪsəri] [pæn][tuː; tə] [kætʃ]
Instead **,** **crumple** **aluminum** **foil** **and** **place** **in** **rotisserie** **pan** **to** **catch**
反而 , 皱巴巴 铝 挫败 和 地方 在 烤肉架 平底锅 到 抓住
['drɪpɪŋ] [ænd; ənd][help] [rɪ'djuːs] ['spætərɪŋ] . [naɪn]
drippings **and** **help** **reduce** **spattering** **.** **9**
滴落物 和 帮助 减少 飞溅 . 9

相反，可以将铝箔揉成团，铺在烤肉盘里，用来接住滴落的油脂，减少飞溅。9

['grɪdl]
GRIDDLE
烤盘

煎锅

[tuː; tə] [kiːp] [ə; eɪ] ['gliːmɪŋ] ['grɪdl] ,
To **keep** **a** **gleaming** **griddle** **,**
到 保持 一个 闪闪发光 烤盘 ,

为了保持烤盘光亮如新，

[tɜːn] [ɒf] [ðə; ði] [fleɪm] [wen] ['kʊkɪŋ] [ɪz] ['fɪnɪʃt] [ænd; ənd] [waɪp] [ðə; ði] ['sɜːfɪs] [wɪð] ['peɪpə(r)] ['taʊəlz]
turn **off** **the** **flame** **when** **cooking** **is** **finished** **and** **wipe** **the** **surface** **with** **paper** **towels**
转动 离开 这 火焰 什么时候 烹饪 是 完成的 和 擦拭 这 表面 和 纸 毛巾
.
:
.

烹饪结束后关火，用纸巾擦拭表面。

[wen] [kuːl] , [wɒʃ] [wɪð] [hɒt] ['səʊpi] ['wɔːtə(r)] ([nɒt] [sɪn'θetɪk] [dɪ'tɜːdʒənt]) , [rɪns] [ænd; ənd][draɪ]
When **cool** **,** **wash** **with** **hot** **soapy** **water** **(** **not** **synthetic** **detergent** **)** **,** **rinse** **and** **dry**
什么时候凉爽的 , 洗 和 热的 肥皂泡 水 (不是 合成的 洗涤剂) , 冲洗 和 干燥
['θʌrəli] .
thoroughly **.**
彻底 .

冷却后，用热肥皂水（不要用合成洗涤剂）清洗，冲洗干净并彻底晾干。

[ə'vɔɪd] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ]['səʊdə][ɔː(r)]['ælkəlaɪn]['kliːnə(r)] .

Avoid	**using**	**a**	**soda**	**or**	**alkaline**	**cleaner**	**.**
避免	使用	一个	苏打	或者	碱性	清洁工	.

避免使用小苏打或碱性清洁剂。

[tuː; tə] [prɪ'zɜːv] [ðə; ði] ['fɪnɪʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['grɪdl] ['nevə(r)] [skreɪp] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [naɪvz] [ɔː(r)]['ʌðə(r)]

To	**preserve**	**the**	**finish**	**of**	**the**	**griddle**	**never**	**scrape**	**it**	**with**	**knives**	**or**	**other**
到	保存	这	结束	的	这	烤盘	绝不	刮	它	和	刀具	或者	其他

[ʃɑːp] ['ɒbdʒɪkts] .

sharp	**objects**	**.**
锋利的	对象	.

为了保护烤盘的表面，切勿用刀或其他锋利的物体刮擦它。

[ˌəʊvə'hiːtɪŋ] [ɔː(r)] ['sʌd(ə)n] ['temprətʃə(r)] ['tʃeɪndʒɪz] [kæn; kən] ['dæmɪdʒ] [ə; eɪ] ['grɪdl] .

Overheating	**or**	**sudden**	**temperature**	**changes**	**can**	**damage**	**a**	**griddle**	**.**
过热	或者	突然	温度	变化	能	损害	一个	烤盘	.

过热或温度骤变都会损坏烤盘。

['teflɒn] : [rɪ'fɜː(r)][tuː; tə][ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃənz] .

Teflon	**:**	**Refer**	**to**	**manufacturer's**	**instructions**	**.**
特氟龙	:	参考	到	制造商的	指示	.

特氟龙：请参考制造商的说明。

[laɪt] [bʌlbz]

LIGHT	**BULBS**
光	灯泡

灯泡

[ɪf] ['ʌv(ə)n] [laɪt] [niːdz] [rɪ'pleɪsɪŋ] , [baɪ] [ə; eɪ] - [wɒt] [hiːt] [rɪ'zɪstənt] [læmp] ([nɒt][æn; ən]['ɔːd(ə)n(ə)ri]

If	**oven**	**light**	**needs**	**replacing**	**,**	**buy**	**a**	**40**	**watt**	**Heat**	**Resistant**	**lamp**	**(**	**not**	**an**	**ordinary**
如果	烤箱	光	需求	替换	,	买	一个	-	瓦	热	抵抗的	灯	(	不是	一个	普通的

[laɪt] [bʌlb]) .

light	**bulb**	**)**	**.**
光	电灯泡	)	.

如果烤箱灯需要更换，请购买 40 瓦耐热灯泡（而不是普通灯泡）。

[tɜːn] [laɪt] [swɪtʃ] [tuː; tə] [ɒf] [pə'zɪʃ(ə)n] , ['kʌvə(r)][əʊld][læmp] [wɪð] [ə; eɪ][draɪ] [klɒθ] [ænd; ənd] [ˌʌn'skruː]

Turn	**light**	**switch**	**to**	**OFF**	**position**	**,**	**cover**	**old**	**lamp**	**with**	**a**	**dry**	**cloth**	**and**	**unscrew**
转动	光	转变	到	离开	位置	,	覆盖	老的	灯	和	一个	干燥	布	和	拧开

;

;

;

将灯开关拨到"OFF"位置，用干布盖住旧灯泡并拧下；

[rɪ'pleɪs] [wɪð] [njuː] [wʌn] .

replace	**with**	**new**	**one**	**.**
代替	和	新的	一	.

换成新的。

[wen] ['kliːnɪŋ] , [duː; də][nɒt] [tʌtʃ] [hɒt][læmp] [wɪð] [ə; eɪ][wet] [klɒθ] ; [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [breɪk] .

When	**cleaning**	**,**	**do**	**not**	**touch**	**hot**	**lamp**	**with**	**a**	**wet**	**cloth**	**;**	**it**	**may**	**break**	**.**
什么时候	打扫	,	做	不是	触碰	热的	灯	和	一个	湿的	布	;	它	可能	休息	.

清洁时，请勿用湿布触摸高温的灯具，否则可能会损坏。

['kliːnɪŋ] [tʃɑːt]

CLEANING	**CHART**
打扫	图表

清洁图表

[mə'tɪəriəl] [ɔː(r)] ['fɪnɪʃ] [reɪndʒ] [pɑːt] [tuː; tə] [rɪ'muːv] [sɔɪl]

MATERIAL	**OR**	**FINISH**	**RANGE**	**PART**	**TO**	**REMOVE**	**SOIL**
材料	或者	结束	范围	部分	到	消除	土壤

去除土壤的材料或表面处理范围部件

['pɔːsəlɪn] [ɪ'næm(ə)l] [kʊk] [tɒp]
Porcelain **Enamel** **Cook** **Top**
瓷 搪瓷 厨师 顶部

搪瓷灶台

[dɔː(r)][ænd; ənd][saɪd]['pænəlz]
Door **and** **Side** **Panels**
门 和 边 面板

门板和侧板

['bɜːnə(r)][grɪdz]
Burner **Grids**
刻录机 网格

燃烧器格栅

['bɜːnə(r)] [bəʊlz] [dɪ'tɜːdʒənt] [ɔː(r)] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə] ([θriː][tiː biː es piː] .
Burner **Bowls** **Detergent** **OR** **baking** **soda** **(** **3** **Tbsp** **.**
刻录机 碗 洗涤剂 或者 烘烤 苏打 (3 汤匙 .

燃烧器碗清洁剂或小苏打（3 汤匙）

[tuː; tə][wʌn][ˌkjuː 'tiː] . ['wɔːtə(r)]) [ænd; ənd][hɒt]['wɔːtə(r)]
to **1** **qt** **.** **water** **)** **and** **hot** **water**
到 1 qt . 水) 和 热的 水

加 1 夸脱水）和热水

['ʌv(ə)n] [ɪn'tɪriərz]
Oven **Interiors**
烤箱 室内

烤箱内部

['brɔɪlə(r)][pæn] [dɪ'tɜːdʒənt] [ɔː(r)] [ə'məʊniə] [ænd; ənd][hɒt]['wɔːtə(r)]
Broiler **Pan** **Detergent** **OR** **ammonia** **and** **hot** **water**
肉鸡 平底锅 洗涤剂 或者 氨 和 热的 水

烤盘清洁剂或氨水和热水

['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] [ɪn'tɪəriə(r)][səʊp] [fɪld] [stiːl] [wʊl] [pæd] [wɪð] ['plenti] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)]
Broiler **Compartment** **Interior** **Soap** **filled** **steel** **wool** **pad** **with** **plenty** **of** **water**
肉鸡 隔间 内部的 肥皂 已填 钢 羊毛 软垫 和 很多 的 水

烤肉室内部：装满肥皂的钢丝绒垫，并加足量水

['ʌv(ə)n] [ræks] [ænd; ənd] [gaɪdz] [ə'məʊniə] [sə'luːʃ(ə)n] (½ [siː] . [tuː; tə][wʌn][gæl] . ['wɔːtə(r)])
Oven **Racks** **and** **Guides** **Ammonia** **Solution** **(** **½** **C** **.** **to** **1** **gal** **.** **water** **)**
烤箱 货架 和 指南 氨 解决方案 (½ C . 到 1 女孩 . 水)

烤箱架和导轨；氨水（½ 杯氨水兑 1 加仑水）

[krəʊm] ['bɜːnə(r)] [bəʊlz]
Chrome **Burner** **Bowls**
铬合金 刻录机 碗

镀铬燃烧器碗

['ʌv(ə)n][ɪn'tɪəriə(r)]
Oven **Interior**
烤箱 内部的

烤箱内部

['hænd(ə)lz] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd][hɒt]['wɔːtə(r)][ɔː(r)] [krəʊm] ['pɒlɪʃ]
Handles **Detergent** **and** **hot** **water** **or** **chrome** **polish**
把手 洗涤剂 和 热的 水 或者 铬合金 抛光

可处理清洁剂和热水或铬抛光剂

[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]['bɜːnə(r)][kæps]
Aluminum **Burner** **Caps**
铝 刻录机 帽子

铝制燃烧器盖

[trɪm] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd] [hɒt] ['wɔːtə(r)] , ['səʊpi] [faɪn] [stiːl] [wʊl] [pæd] , [ɔː(r)] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]

Trim	Detergent	and	hot	water	,	soapy	fine	steel	wool	pad	,	or	aluminum
修剪	洗涤剂	和	热的	水	,	肥皂泡	美好的	钢	羊毛	软垫	,	或者	铝

['kliːnə(r)] .

cleaner	.
清洁工	.

修剪清洁剂和热水、肥皂水、细钢丝绒垫或铝清洁剂。

[draɪ] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [pɑːts] ['feəli] ['ræpɪdli] .

Dry	aluminum	parts	fairly	rapidly	.
干燥	铝	部分	相当	快速	.

铝制零件干燥速度相当快。

[tuː; tə] [prɪ'vent] ['dɑːkənɪŋ] , [duː; də] [nɒt] [səʊk] .

To	prevent	darkening	,	do	not	soak	.
到	防止	变暗	,	做	不是	浸泡	.

为防止变黑，请勿浸泡。

[glɑːs] , ['plæstɪk] [ænd; ənd] [ɪ'næm(ə)l] [peɪnt] [bæk] ['pæn(ə)l]

Glass	,	Plastic	and	Enamel	Paint	Back	Panel
玻璃	,	塑料	和	搪瓷	画	后退	控制板

玻璃、塑料和搪瓷漆背板

['ʌv(ə)n] ['wɪndəʊ]

Oven	Window
烤箱	窗户

烤箱窗口

['bɜːnə(r)] [kən'trəʊl] [nɒb]

Burner	Control	Knob
刻录机	控制	旋钮

燃烧器控制旋钮

[reɪndʒ] ['bɒtəm] [dɪ'tɜːdʒənt] [ænd; ənd] [hɒt] ['wɔːtə(r)] ['əʊnli] ; [rɪns] [wel] [ænd; ənd] ['pɒlɪʃ] [draɪ] .

Range	Bottom	Detergent	and	hot	water	only	;	rinse	well	and	polish	dry	.
范围	底部	洗涤剂	和	热的	水	仅有的	;	冲洗	出色地	和	抛光	干燥	.

炉灶底部清洁剂和热水；彻底冲洗并擦干。

['steɪnləs] [stiːl] [ɔː(r)] [brʌʃt] [krəʊm] [dɔːz]

Stainless	Steel	or	Brushed	Chrome	Doors
防锈的	钢	或者	刷过	铬合金	门

不锈钢或拉丝铬门

[reɪndʒ] [tɒps] [fʊl] [streŋθ] [ə'məʊniə] [ɔː(r)] [fʊl] [streŋθ] ['lɪkwɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['kliːnə(r)] [wɪð] [ə'məʊniə] ;

Range	Tops	Full	strength	ammonia	OR	full	strength	liquid	all	-	purpose	cleaner	with	ammonia	;
范围	最高额	满的	力量	氨	或者	满的	力量	液体	全部	-	目的	清洁工	和	氨	;

炉灶台面使用全效氨水或全效含氨多用途液体清洁剂；

[rɪns] [wel] [ænd; ənd] ['pɒlɪʃ] [draɪ] . -

rinse	well	and	polish	dry	.	10
冲洗	出色地	和	抛光	干燥	.	-

彻底冲洗并擦干。10

[tɒp] [ɒv; əv] [reɪndʒ]

TOP	OF	RANGE
顶部	的	范围

顶级产品

[tɒp] ['bɜːrnər]
TOP **BURNERS**
顶部 燃烧器

顶部燃烧器

[gæs] ['bɜːrnər] [prə'vaɪd] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [ænd; ənd] [wʌn] [ʃeɪdz] [ɒv; əv] [hiːt] [frɒm; frəm] [haɪ] [tuː; tə] ['veri]
Gas **burners** **provide** **a** **thousand** **and** **one** **shades** **of** **heat** **from** **high** **to** **very**
气体 燃烧器 提供 一个 千 和 一 色调 的 热 从 高的 到 非常
[ləʊ] [tuː; tə] [suːt] ['evri] ['kʊkɪŋ] [niːd] .
low **to** **suit** **every** **cooking** **need** **.**
低的 到 套装 每一个 烹饪 需要 .

燃气灶具可提供从高温到低温的各种火力，以满足各种烹饪需求。

[hiːt] [ɪz] [sə'plaɪd] ['ɪnstəntli] , [ænd; ənd] [ðeə(r)] [ɪz] [nəʊ] ['leftəʊvə(r)] [hiːt] [wen] [ðə; ði] ['bɜːnə(r)] [ɪz] [tɜːnd]
Heat **is** **supplied** **instantly** **,** **and** **there** **is** **no** **leftover** **heat** **when** **the** **burner** **is** **turned**
热 是 供应 即刻 , 和 那里 是 不 剩余物 热 什么时候 这 刻录机 是 转向
[ɒf] .
off **.**
离开 .

热量瞬间供应，炉灶关闭后不会有余热。

[tuː; tə] [juːz] [ðə; ði] ['bɜːnə(r)] , [tɜːn] [ðə; ði] ['bɜːnə(r)] [kən'trəʊl] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['bɜːnə(r)] [ɪg'naɪts] ;
To **use** **the** **burner** **,** **turn** **the** **burner** **control** **until** **the** **burner** **ignites** **;**
到 使用 这 刻录机 , 转动 这 刻录机 控制 直到 这 刻录机 点燃 ;

使用炉灶时，转动炉灶控制旋钮，直到炉灶点火；

[ðen] [tɜːn] [tuː; tə] [ə'dʒʌst] [ðə; ði] [fleɪm] [saɪz] .
then **turn** **to** **adjust** **the** **flame** **size** **.**
然后 转动 到 调整 这 火焰 尺寸 .

然后转动旋钮调节火焰大小。

[sʌm; səm] ['bɜːnər] [hæv; həv] ['ɔːdəbl] “ [klɪks] ” [tuː; tə] ['ɪndɪkeɪt] [hiːt] ['setɪŋz] .
Some **burners** **have** **audible** **“** **clicks** **”** **to** **indicate** **heat** **settings** **.**
一些 燃烧器 有 可听见的 “ 点击 ” 到 表明 热 设置 .

有些炉灶会发出“咔哒”声来指示火力设置。

[fleɪm] [saɪz]
FLAME **SIZE**
火焰 尺寸

火焰大小

[kə'rekt] [fleɪm] [saɪz] [ɪz] [dɪ'tɜːmɪnd] [baɪ] [pæn] [saɪz] , [pæn] [mə'tɪəriəl] ,
Correct **flame** **size** **is** **determined** **by** **pan** **size** **,** **pan** **material** **,**
正确的 火焰 尺寸 是 决定 经过 平底锅 尺寸 , 平底锅 材料 ,

合适的火焰大小取决于锅的大小和锅的材质。

[wɒt] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['kʊkɪŋ] [ænd; ənd] ['weðə(r)] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['kʊkɪŋ] [wɪð] ['lɪkwɪd] .
what **you** **are** **cooking** **and** **whether** **you** **are** **cooking** **with** **liquid** **.**
什么 你 是 烹饪 和 无论 你 是 烹饪 和 液体 .

你在做什么菜，以及你是否在用液体烹饪。

['iːv(ə)n] [wen] ['kʊkɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪkwɪd] [ɔː(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [pæn] [wɪtʃ] ['kɔndʌkt, kən'dʌkt] [hiːt] [wel] ,
Even **when** **cooking** **in** **a** **liquid** **or** **with** **a** **pan** **which** **conducts** **heat** **well** **,**
甚至 什么时候 烹饪 在 一个 液体 或者 和 一个 平底锅 哪个 进行 热 出色地 ,

即使是在液体中烹饪或使用导热性好的锅具烹饪，

[juː; jʊ] [meɪ] [wɒnt] [tuː; tə] ['ləʊə(r)] [ðə; ði] [fleɪm] [tuː; tə] [ə'dʒʌst] [fɔː(r); fə(r)] [pæn] [saɪz] ([siː] [sketʃ] [bɪ'ləʊ])
you **may** **want** **to** **lower** **the** **flame** **to** **adjust** **for** **pan** **size** **(** **see** **sketch** **below** **)**
你 可能 想 到 降低 这 火焰 到 调整 为了 平底锅 尺寸 (看 草图 以下)
.
:
.

你可能需要调低火力来调整锅的大小（见下图）。

[ðə; ði] [fleɪm] [ʃʊd; ʃəd]['nevə(r)][ɪk'stend] [bɪ'jɒnd] [ðə; ði]['aʊtə(r)] [edʒ] [ɒv; əv][ðə; ði][ju:'tens(ə)l] .

The	flame	should	never	extend	beyond	the	outer	edge	of	the	utensil	.
这	火焰	应该	绝不	延长	超过	这	外	边缘	的	这	用具	.

火焰绝不能超出器皿的外缘。

['eni] ['haɪə(r)] [fleɪm] [ɪz]['weɪstɪd] [hi:t] .

Any	higher	flame	is	wasted	heat	.
任何	更高	火焰	是	浪费	热	.

火焰再高一些就是浪费热量。

[fɔ:(r); fə(r)][ɔ:l] ['kʊkɪŋ] [ɪn][ə'lu:mɪnəm; ə'lu:mənəm][ju:'tensɪlz][ɔ:(r)][fɔ:(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪn]['lɪkwɪd][ɪn]['ʌðə(r)]

For	all	cooking	in	aluminum	utensils	or	for	cooking	in	liquid	in	other
为了	全部	烹饪	在	铝	餐具	或者	为了	烹饪	在	液体	在	其他

[ju:'tensɪlz] ,

utensils	,
餐具	,

适用于所有使用铝制炊具进行的烹饪，或使用其他炊具在液体中进行的烹饪，

[ə'dʒʌst][ðə; ði] [fleɪm] [səʊ][ˌaɪ 'ti:] ['tʌtʃɪz] [ðə; ði][pæn][ə'baʊt] ½ [ɪntʃ] [frɒm; frəm][ðə; ði]['aʊtə(r)] [edʒ] .

adjust	the	flame	so	it	touches	the	pan	about	½	inch	from	the	outer	edge	.
调整	这	火焰	所以	它	触摸	这	平底锅	关于	½	英寸	从	这	外	边缘	.

调整火焰，使火焰距离锅边约 1.25 厘米。

[fɔ:(r); fə(r)][nɒn] - [ə'lu:mɪnəm; ə'lu:mənəm][pænz] ([ən'les] [ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪn]['lɪkwɪd]) [ə'dʒʌst]

For	non	-	aluminum	pans	(	unless	you	are	cooking	in	liquid	)	adjust
为了	非	-	铝	平底锅	(	除非	你	是	烹饪	在	液体	)	调整

[ðə; ði] [fleɪm] [səʊ][ˌaɪ 'ti:][ɪz][ə'baʊt][hɑ:f][ðə; ði][daɪ'æmɪtə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][pæn] .

the	flame	so	it	is	about	half	the	diameter	of	the	pan	.
这	火焰	所以	它	是	关于	一半	这	直径	的	这	平底锅	.

对于非铝制平底锅（除非你在液体中烹饪），调整火焰大小，使其约为平底锅直径的一半。

[fu:dz] [kʊk] [dʒʌst][æz; əz] ['kwɪkli] [æt; ət][ə; eɪ]['dʒent(ə)l][bɔɪl][æz; əz][æt; ət][ə; eɪ]['ræpɪd] ['rəʊlɪŋ] [bɔɪl] —

Foods	cook	just	as	quickly	at	a	gentle	boil	as	at	a	rapid	rolling	boil	—
食物	厨师	只是	作为	迅速地	在	一个	温和的	熬	作为	在	一个	迅速的	滚动	熬	—

[ɪn][bəuθ][keɪsɪz][ðə; ði]['wɔ:tə(r)] ['temprətʃə(r)] [ɪz] - [dɪ'gri:z] .

in	both	cases	the	water	temperature	is	212	degrees	.
在	两个都	案例	这	水	温度	是	-	学位	.

食物在缓沸中和在快速沸腾中一样快就能煮熟——两种情况下水温都是 212 度。

[ə; eɪ] [haɪ] [bɔɪl][ɪz][ju:st]['əʊnli][tu:; tə] [brɪŋ] [fu:d] [tu:; tə][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] ;

A	high	boil	is	used	only	to	bring	food	to	the	boiling	point	;
一个	高的	熬	是	用过的	仅有的	到	带来	食物	到	这	沸腾	观点	;

高温沸腾仅用于将食物加热至沸点；

[ðen] ['ləʊə(r)][ðə; ði] [fleɪm] [ænd; ənd] ['fɪnɪʃ] ['kʊkɪŋ] [wɪð] [ə; eɪ] ['mɪnɪməm] [fleɪm] .

then	lower	the	flame	and	finish	cooking	with	a	minimum	flame	.
然后	降低	这	火焰	和	结束	烹饪	和	一个	最低限度	火焰	.

然后调小火，用最小的火把饭煮熟。

[ɪk'ses] [hi:t] [rɪ'zʌlts] [ɪn] [hɑ:d] - [tu:; tə] - [kli:n] [gri:s] [ænd; ənd] [sti:m] [dɪ'pɑ:zɪts] [ɒn] [wɔ:lz] ,

EXCESS	HEAT	RESULTS	IN	HARD	-	TO	-	CLEAN	GREASE	AND	STEAM	DEPOSITS	ON	WALLS	,
过量的	热	结果	在	难的	-	到	-	干净的	润滑脂	和	蒸汽	存款	在	墙壁	,

['kæbɪnəts] [ænd; ənd] ['silɪŋ] .

CABINETS	AND	CEILINGS	.
橱柜	和	天花板	.

过高的温度会导致墙壁、橱柜和天花板上留下难以清除的油脂和蒸汽沉积物。

[waɪl] [ðə; ði]['fju:əl][ɪz] ['ɒf(ə)n] [bleɪmd] [fɔ:(r); fə(r)] [sʌtʃ] [dɜ:t] ,

WHILE	THE	FUEL	IS	OFTEN	BLAMED	FOR	SUCH	DIRT	,
尽管	这	燃料	是	经常	被指责	为了	这样的	污垢	,

虽然人们常常将这种污垢归咎于燃料，

[ðə; ði] ['ri:əl] ['prɒbləm] [ɪz] [tu:] [mʌtʃ] [hi:t] [ænd; ənd] / [ɔ:(r)] ['feɪljə(r)] [tu:; tə]['kʌvə(r)] [ju:'tensɪlz]

THE	REAL	PROBLEM	IS	TOO	MUCH	HEAT	AND	/	OR	FAILURE	TO	COVER	UTENSILS
这	真实的	问题	是	也	很多	热	和	/	或者	失败	到	覆盖	餐具

真正的问题是温度过高和/或餐具未加盖。

[wen'evə(r)] ['pɒsəb(ə)l] .

WHENEVER	POSSIBLE	.
每当	可能的	.

只要有可能。

[haɪ] [fleɪm]

HIGH	FLAME
高的	火焰

高焰

[fɔ:(r); fə(r)] ['ɪnstənt] [hi:t] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [brɪŋ] [fu:dz] [tu:; tə][ə; eɪ]['ræpɪd][bɔɪl] .

For	instant	heat	needed	to	bring	foods	to	a	rapid	boil	.
为了	立即的	热	需要	到	带来	食物	到	一个	迅速的	熬	.

用于快速加热，使食物迅速沸腾。

['mi:diəm] [fleɪm]

MEDIUM	FLAME
中等的	火焰

中火

[tu:; tə] [braʊn] [ænd; ənd][fraɪ] [fu:d] .

To	brown	and	fry	food	.
到	棕色的	和	炒	食物	.

将食物煎至金黄酥脆。

['sɪmə(r)] [fleɪm]

SIMMER	FLAME
煨	火焰

小火

[tu:; tə] [meɪn'teɪn] ['dʒent(ə)l] [bɔɪl] [fɔ:(r); fə(r)] ['bɔɪlɪŋ] [ɔ:(r)] ['sti:mɪŋ] , [kri:m] ['sɔ:sɪz] , ['greivi] ,

To	maintain	gentle	boil	for	boiling	or	steaming	,	cream	sauces	,	gravies	,
到	维持	温和的	熬	为了	沸腾	或者	蒸煮	,	奶油	酱汁	,	肉汁	,

['pʊdɪŋz] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .

puddings	,	etc	.
布丁	,	ETC	.

保持小火慢煮，适用于煮沸或蒸煮奶油酱汁、肉汁、布丁等。

[ki:p] [wɔ:m]

KEEP	WARM
保持	温暖的

注意保暖

[tu:; tə] [ki:p] [fu:dz] [hɒt] [wɪ'ðaʊt] [ə'dɪʃən(ə)l] ['kʊkɪŋ] ; ['meltɪŋ] [ænd; ənd] ['ki:pɪŋ] [hɒt] ['bevərɪdʒ]

To	keep	foods	hot	without	additional	cooking	;	melting	and	keeping	hot	beverages
到	保持	食物	热的	没有	额外的	烹饪	;	融化	和	保持	热的	饮料

[æt; ət] ['sɜ:vɪŋ] ['temprətʃə(r)] .

at	serving	temperature	.
在	服务	温度	.

使食物保持热度而无需额外烹饪；使热饮保持适宜饮用的温度。

['ɔ:lweɪz] ['kʌvə(r)][ju:'tensɪlz] [wɪð] [ðɪs] ['setɪŋ] . -

Always	cover	utensils	with	this	setting	.	11
总是	覆盖	餐具	和	这	环境	.	-

务必使用此设置盖好餐具。11

[fleɪm] [ə'dʒʌstmənt]
FLAME ADJUSTMENT
火焰 调整

火焰调节

[ɒv; əv][ɔ:l][ɪts] [əd'væntɪdʒ] , [ðə; ði] ['klenlinəs] [ɒv; əv][gæs][ɪz] [pə'hæps] [ðə; ði] ['greɪtɪst] .
Of all its advantages , the cleanliness of GAS is perhaps the greatest .
的 全部它是 优势 , 这 清洁 的 气体 是 也许 这 最 .

在所有优点中，燃气的清洁性或许是最大的优点。

[ə; eɪ] ['prɒpəli] [ə'dʒʌstɪd] [gæs] [fleɪm] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['kli:nɪst] ['enədʒi] ['sɔ:sɪz] [nəʊn] .
A properly adjusted Gas flame is one of the cleanest energy sources known .
一个 适当地 调整 气体 火焰 是 一 的 这 最干净 活力 来源 已知 .

适当调节的燃气火焰是已知最清洁的能源之一。

[ðə; ði]['kʌlə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [fleɪm] [ɪz][ðə; ði] [ki:] [tu:; tə]['prɒpə(r)]['bɜ:nə(r)] [ə'dʒʌstmənt] .
The color of the flame is the key to proper burner adjustment .
这 颜色 的 这 火焰 是 这 钥匙 到 恰当的 刻录机 调整 .

火焰的颜色是正确调节燃烧器的关键。

[ə; eɪ] [gʊd] [fleɪm] [ɪz][klɪə(r)][ænd; ənd] [blu:] [ænd; ənd] ['hɑ:dli] ['vɪzəb(ə)l][ɪn][ə; eɪ] [wel] ['laɪtɪd] [ru:m] .
A good flame is clear and blue and hardly visible in a well lighted room .
一个 好的 火焰 是 清除 和 蓝色的 和 几乎 可见的 在 一个 出色地 照明 房间 .

好的火焰清澈呈蓝色，在光线充足的房间里几乎看不见。

[i:tʃ] [kəʊn][ɒv; əv] [fleɪm] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['stedi] [ænd; ənd] ['ʃɑ:pli] [dɪ'faɪnd] .
Each cone of flame should be steady and sharply defined .
每个 锥体 的 火焰 应该 是 稳定的 和 尖锐地 定义 .

每团火焰都应该稳定且轮廓清晰。

[ə; eɪ] [θɔ:t] [ɔ:(r)] [tu:] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [pɒt] [ɔ:(r)] [tu:]
A THOUGHT OR TWO ABOUT A POT OR TWO
一个 想法 或者 二 关于 一个 锅 或者 二

关于一两口锅的一些想法

['kʊkɪŋ] [ɪz] ['i:zɪə] [wɪð] [ðə; ði] [kə'rekt] [pæn] ; [ə; eɪ] [wel] [dɪ'zaɪnd] [pæn] .
Cooking is easier with the correct pan ; a well designed pan .
烹饪 是 更轻松 和 这 正确的 平底锅 ; 一个 出色地 设计 平底锅 .

使用合适的锅具，烹饪会更容易；一个设计精良的锅具会让烹饪更轻松。

[lʊk] [fɔ:(r); fə(r)] [ði:z] [ˌkærəktə'rɪstɪks] [wen] [sɪ'lektɪŋ] [nju:] [pænz] :
Look for these characteristics when selecting new pans :
看 为了 这些 特征 什么时候 选择 新的 平底锅 :

挑选新平底锅时，请注意以下特点：

[gʊd] ['bæləns]
GOOD BALANCE
好的 平衡

良好的平衡

[eɪdz]['i:v(ə)n] ['hi:tɪŋ] [ænd; ənd] [i:z] [ɒv; əv][ju:z] .
aids even heating and ease of use .
艾滋病 甚至 加热 和 舒适 的 使用 .

有助于均匀加热，使用方便。

[ðə; ði][pæn][ʃʊd; ʃəd][set]['lev(ə)l] [wɪð] [ɔ:(r)] [wɪ'ðaʊt] [fu:d] .
The pan should set level with or without food .
这 平底锅 应该 放 等级 和 或者 没有 食物 .

无论锅里有没有食物，锅底都应该保持水平。

[wel] ['fɪtɪd] ['kʌvə(r)]
WELL FITTED COVER
出色地 适配 覆盖

贴合良好的罩子

[helps] [tuː; tə] [rɪ'teɪn] ['mɔɪstʃə(r)] , ['fleɪvə(r)] [ænd; ənd] ['njuːtriənts] ['djʊərɪŋ] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ] ['prəʊses] .

helps	to	retain	moisture	,	flavor	and	nutrients	during	the	cooking	process	.
帮助	到	保持	水分	,	味道	和	营养	期间	这	烹饪	过程	.

有助于在烹饪过程中保持水分、风味和营养。

[ˌaɪ 'tiː] [kiːps] ['temprətʃə(r)] [ɪn] [ðə; ði] [pæn] [mɔː(r)] ['iːv(ə)n] [ænd; ənd] [həʊldz] [ɪn] [hiːt] , [ə'rəʊmə] , [ænd; ənd]

It	keeps	temperature	in	the	pan	more	even	and	holds	in	heat	,	aroma	,	and
它	保持	温度	在	这	平底锅	更多的	甚至	和	持有	在	热	,	香气	,	和

[stiːm] .

steam	.
蒸汽	.

它能使锅内温度更均匀，并锁住热量、香气和蒸汽。

['kʌvə(r)] [pænz] [wen'evə(r)] [juː; jʊ] [kæn; kən] [səʊ] [fuːdz] [kʊk] [wɪð] ['mæksɪməm] [spiːd] [ænd; ənd] ['mɪnɪməm]

Cover	pans	whenever	you	can	so	foods	cook	with	maximum	speed	and	minimum
覆盖	平底锅	每当	你	能	所以	食物	厨师	和	最大限度	速度	和	最低限度

[kliːn] - [ʌp] .

clean	-	up	.
干净的	-	向上	.

尽可能盖上锅盖，这样食物就能以最快的速度烹饪，并且最大限度地减少清洁工作。

['kʊkɪŋ] [wɪð] [ə; eɪ] ['kʌvə(r)] [wɪl] [rɪ'kwaɪə(r)] [ə; eɪ] ['ləʊə(r)] [fleɪm] ['setɪŋ] [ðæn; ðən] [wɪl] [biː; bi] ['niːdɪd]

Cooking	with	a	cover	will	require	a	lower	flame	setting	than	will	be	needed
烹饪	和	一个	覆盖	将要	要求	一个	降低	火焰	环境	比	将要	是	需要

[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [seɪm] [fuːd] [kʊkt] [ʌn'kʌvəd] .

for	the	same	food	cooked	uncovered	.
为了	这	相同的	食物	煮熟	裸露	.

盖上盖子烹饪所需的火力要比不盖盖子烹饪同样的食物所需的火力小。

[hiːt] - [rɪ'zɪstənt] ['hænd(ə)l]

HEAT	-	RESISTANT	HANDLE
热	-	抵抗的	处理

耐热手柄

[eɪdz] [ɪn] ['iːzi] ['hændlɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [juː'tens(ə)l] [ænd; ənd] [ə'vɔɪdz] [dɪs'kʌmfət] [ɔː(r)] [bɜːn] .

aids	in	easy	handling	of	the	utensil	and	avoids	discomfort	or	burn	.
艾滋病	在	简单的	处理	的	这	用具	和	避免	不适	或者	烧伤	.

有助于轻松操控餐具，避免不适或烫伤。

[dent] - [rɪ'zɪstənt] [mə'tɪəriəl]

DENT	-	RESISTANT	MATERIAL
凹痕	-	抵抗的	材料

抗凹陷材料

[eɪdz] [ɪn] [rɪ'teɪnɪŋ] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] [ʃeɪp] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pæn] [tuː; tə] [ɪn'ʃʊə(r)] [gʊd] [lɪd] [fɪt] [ænd; ənd]

aids	in	retaining	the	original	shape	of	the	pan	to	insure	good	lid	fit	and
艾滋病	在	保留	这	原来的	形状	的	这	平底锅	到	保证	好的	盖	合身	和

[iːz] [ɪn] ['kliːnɪŋ] .

ease	in	cleaning	.
舒适	在	打扫	.

有助于保持锅的原始形状，确保锅盖贴合良好，便于清洗。

[gʊd] [hiːt] [kən'dʌktə(r)] [mə'tɪəriəl]

GOOD	HEAT	CONDUCTOR	MATERIAL
好的	热	导体	材料

良好的导热材料

[ɪn'ʃuə] [mɔː(r)] ['iːv(ə)n] ['hiːtɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pæn] [ænd; ənd] [mɔː(r)] ['iːv(ə)n] ['braʊnɪŋ] [ɔː(r)] ['kʊkɪŋ] .

insures	more	even	heating	of	the	pan	and	more	even	browning	or	cooking	.
保险	更多的	甚至	加热	的	这	平底锅	和	更多的	甚至	褐变	或者	烹饪	.

确保锅底受热更均匀，使锅底受热更均匀，食物上色或烹饪更均匀。

[ɪg'zæmpl] [ɒv; əv] [gʊd] [hiːt] [kən'dʌktɪŋ] [mə'tɪərɪəlz] [ɑː(r); ə(r)] : [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [ɔː(r)]

Examples	of	good	heat	conducting	materials	are	:	aluminum	or
示例	的	好的	热	进行	材料	是	:	铝	或者

[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] - [klæd] ['steɪnləs] [stiːl] .

aluminum	-	clad	stainless	steel	.
铝	-	覆膜	防锈的	钢	.

良好的导热材料有：铝或铝包不锈钢。

[mə'tɪərɪəlz] [wɪtʃ] [kən'dʌkt] [hiːt] ['sləʊli] (['steɪnləs] [stiːl] , [kɑːst]['aɪən] ,

Materials	which	conduct	heat	slowly	(	stainless	steel	,	cast	iron	,
材料	哪个	执行	热	缓慢地	(	防锈的	钢	,	投掷	铁	,

导热缓慢的材料（不锈钢、铸铁、

[glɑːs] [ænd; ənd][ɪ'næm(ə)l]) [meɪ] [rɪ'kweɪə(r)]['speʃ(ə)l] [ə'tenʃ(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [dɪ'zaɪəd] [rɪ'zʌlts] .

glass	and	enamel	)	may	require	special	attention	for	desired	results	.
玻璃	和	搪瓷	)	可能	要求	特别的	注意力	为了	想要的	结果	.

玻璃和搪瓷制品可能需要特别注意才能达到理想的效果。

['dʒen(ə)rəli] , ['ləʊə(r)] [fleɪm] ['haɪts] [ɑː(r); ə(r)] [best] [fɔː(r); fə(r)] [nɒn] - [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]

GENERALLY	,	LOWER	FLAME	HEIGHTS	ARE	BEST	FOR	NON	-	ALUMINUM
一般来说	,	降低	火焰	高度	是	最好的	为了	非	-	铝

[juː'tensɪlz] . -

UTENSILS	.	12
餐具	.	-

一般来说，非铝制炊具最好使用较低的火焰高度。[12]

['kʊkɪŋ] [ɒn] [ðə; ðɪ] “ ['bɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn]

COOKING	ON	THE	“	BURNER	-	WITH	-	A	-	BRAIN
烹饪	在	这	“	刻录机	-	和	-	一个	-	脑

用“带大脑的炉灶”烹饪

” [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] [wɪð] [fleɪm] [saɪz] [kən'trəʊl]

”	THERMOSTATIC	TOP	BURNER	WITH	FLAME	SIZE	CONTROL
”	恒温	顶部	刻录机	和	火焰	尺寸	控制

“带火焰大小控制的恒温顶部燃烧器

[ðɪs] [njuː] ['fleksəb(ə)l][kən'trəʊl] [pə'mɪts] [juː; jʊ][tuː; tə] [kʊk] [ˌɔːtə'mætɪkli] [ɪn][juː'tensɪlz][ɒv; əv] ['meni]

This	new	flexible	control	permits	you	to	cook	automatically	in	utensils	of	many
这	新的	灵活的	控制	许可证	你	到	厨师	自动地	在	餐具	的	许多

[taɪps] [ænd; ənd]['saɪzɪz] .

types	and	sizes	.
类型	和	尺寸	.

这种新型灵活控制功能使您可以使用多种类型和尺寸的炊具进行自动烹饪。

['temprətʃə(r)] [ɪz] [ˌθɜːmə'stætɪkli] [kən'trəʊld] [baɪ][ə; eɪ] ['sensɪŋ] [dɪ'vaɪs] [ɪn][ðə; ðɪ]['sentə(r)][ɒv; əv][ðə; ðɪ]

Temperature	is	thermostatically	controlled	by	a	sensing	device	in	the	center	of	the
温度	是	恒温	受控	经过	一个	传感	设备	在	这	中心	的	这

['bɜːnə(r)] .

burner	.
刻录机	.

温度由燃烧器中心的传感装置进行恒温控制。

[ðə; ðɪ] ['sensɪŋ] [dɪ'vaɪs] , [ɪn]['kɒntækt] [wɪð] [ðə; ðɪ][pæn] ['bɒtəm] ,

The	sensing	device	,	in	contact	with	the	pan	bottom	,
这	传感	设备	,	在	接触	和	这	平底锅	底部	,

传感装置与锅底接触，

[trænz'mit, træns-, trɑ:n-] [fu:d] ['temprətʃə(r)] [tu:; tə][ə; eɪ] ['θɜ:məstæt] [wɪtʃ] [mein'tein] ['eni] [dɪ'gri:]

transmits	food	temperature	to	a	thermostat	which	maintains	any	degree
传输	食物	温度	到	一个	恒温器	哪个	保持	任何	程度

[ɒv; əv] [hi:t] [ju:; jʊ] [sɪ'lekt] , [ˌɔ:tə'mætɪkli] .

of	heat	you	select	,	automatically	.
的	热	你	选择	,	自动地	.

将食物温度传输到恒温器，恒温器会自动保持您选择的任何温度。

[ðə; ði] [fleɪm] [saɪz][kən'trəʊl][ɪz][æn; ən] ['ædɪd] [kən'vi:niəns] [tu:; tə] [pə'mɪt] ['i:zi] [ə'dʒʌstmənt] [ɒv; əv]

The	flame	size	control	is	an	added	convenience	to	permit	easy	adjustment	of
这	火焰	尺寸	控制	是	一个	额外	方便	到	允许	简单的	调整	的

[ðə; ði] [haɪt] [ɒv; əv][ðə; ði] [fleɪm] [ɒn][ðə; ði]['bɜ:nə(r)] .

the	height	of	the	flame	on	the	burner	.
这	高度	的	这	火焰	在	这	刻录机	.

火焰大小控制是一项额外的便利功能，可以轻松调节燃烧器上的火焰高度。

[ðə; ði][saɪz][ɒv; əv] [fleɪm] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [sɪ'lektɪd] [tu:; tə][fɪt][ðə; ði][saɪz][ɔ:(r)] [taɪp] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ]

The	size	of	flame	should	be	selected	to	fit	the	size	or	type	of	cooking
这	尺寸	的	火焰	应该	是	已选	到	合身	这	尺寸	或者	类型	的	烹饪

[ju:'tens(ə)l] ,

utensil	,
用具	,

火焰的大小应根据烹饪用具的大小或类型进行选择。

[ɔ:(r)][ðə; ði][kaɪnd][ɒv; əv] [fu:d] [ɔ:(r)] ['kʊkɪŋ] [tu:; tə][bi:; bi] [dʌn] .

or	the	kind	of	food	or	cooking	to	be	done	.
或者	这	种类	的	食物	或者	烹饪	到	是	完毕	.

或者要烹饪的食物种类或烹饪方法。

[ə; eɪ] [ləʊ] [saɪz] [fleɪm] [ɪz][best][fɔ:(r); fə(r)] [smɔ:l] [ju:'tensɪlz] , [fɔ:(r); fə(r)][nɒn] - [ə'lu:mɪnəm; ə'lu:mənəm]

A	low	size	flame	is	best	for	small	utensils	,	for	non	-	aluminum
一个	低的	尺寸	火焰	是	最好的	为了	小的	餐具	,	为了	非	-	铝

[pænz] (['steɪnləs] [sti:l] ,

pans	(	stainless	steel	,
平底锅	(	防锈的	钢	,

小火最适合小型厨具和非铝制平底锅（不锈钢锅、

[kɑ:st]['aɪən] , [glɑ:s] [ænd; ənd][ɪ'næm(ə)l]) , [ænd; ənd] [fu:dz] [rɪ'kwaɪə] [ə; eɪ] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] -

cast	iron	,	glass	and	enamel	)	,	and	foods	requiring	a	temperature	of	200
投掷	铁	,	玻璃	和	搪瓷	)	,	和	食物	需要	一个	温度	的	-

[dɪ'gri:z] [ɔ:(r)] [bɪ'ləʊ] .

degrees	or	below	.
学位	或者	以下	.

铸铁、玻璃和搪瓷），以及温度低于 200 度的食物。

[taɪmd] [ɔ:(r)] ['prəʊgræmd] [tɒp] ['bɜ:nə(r)]

TIMED	OR	PROGRAMMED	TOP	BURNER
定时	或者	程序	顶部	刻录机

定时或程序控制的顶部燃烧器

[sʌm; səm] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [tɒp] ['bɜ:rnər] [ɑ:(r); ə(r)][ə'veɪləb(ə)l] [wɪtʃ] [kæn; kən][bi:; bi][set][tu:; tə] [kʊk] [æt; ət]

Some	thermostatic	top	burners	are	available	which	can	be	set	to	cook	at
一些	恒温	顶部	燃烧器	是	可用的	哪个	能	是	放	到	厨师	在

['eni] ['temprətʃə(r)] ,

any	temperature	,
任何	温度	,

市面上有一些带恒温功能的炉灶，可以设定在任何温度进行烹饪。

[ðen] [ˌɔ:tə'mætɪkli] [rɪ'dju:s] [tu:; tə][ə; eɪ] ['həʊldɪŋ] ['temprətʃə(r)] .

then	AUTOMATICALLY	reduce	to	a	holding	temperature	.
然后	自动地	减少	到	一个	保持	温度	.

然后自动降至保温温度。

[fɔː(r); fə(r)] ['diːteɪlz] , [rɪ'fɜː(r)] [tuː; tə] [ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['bʊklət] .

For	details	,	refer	to	manufacturer's	instruction	booklet	.
为了	细节	,	参考	到	制造商的	操作说明	小册子	.

详情请参阅制造商的使用说明书。

[əd'væntɪdʒ] [ɒv; əv] “ ['bɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn] ” ['kʊkɪŋ] : [wʌn] .

ADVANTAGES	OF	“	BURNER	-	WITH	-	A	-	BRAIN	”	COOKING	:	1	.
优势	的	“	刻录机	-	和	-	一个	-	脑	”	烹饪	:	1	.

“带脑子的炉灶”烹饪的优点：1.

[fuːd] [ɪz]['betə(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [iːtʃ] [fuːd] [kæn; kən][biː; bi] [kʊkt] [æt; ət][ðə; ði][məʊst][dɪ'zaɪərəb(ə)l] ,

Food	is	better	because	each	food	can	be	cooked	at	the	most	desirable	,
食物	是	更好的	因为	每个	食物	能	是	煮熟	在	这	最多	理想	,

['ækjərət] ['temprətʃə(r)] . [ˌtuː'tuː] .

accurate	temperature	.	2	.
准确的	温度	.	2	.

食物变得更好了，因为每种食物都可以在最理想、最精确的温度下烹饪。2.

['kʊkɪŋ] [ɪz][mɔː(r)] ['keəfriː] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [sɪ'lektɪd] [ɪz] [meɪn'teɪnd] [ˌɔːtə'mætɪkli] .

Cooking	is	more	carefree	because	the	temperature	selected	is	maintained	automatically	.
烹饪	是	更多的	畅快	因为	这	温度	已选	是	维持	自动地	.

烹饪更加轻松省心，因为温度会自动保持设定值。

['bɜːnɪŋ] , ['skɔːtʃɪŋ] , [bɔɪl] - ['əʊvəz][ænd; ənd][pɒt] - ['wɒtʃɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [ɪ'lɪmɪneɪtɪd] . [θriː] .

Burning	,	scorching	,	boil	-	overs	and	pot	-	watching	are	eliminated	.	3	.
燃烧	,	灼热	,	熬	-	局	和	锅	-	观看	是	已淘汰	.	3	.

烧焦、糊底、沸腾溢出和看守锅具的情况都被消除了。3.

['ɑːftə(r)] ['kʊkɪŋ] [ðə; ði] [fuːd] [kæn; kən][biː; bi][held][ɒn][ðə; ði] “ [ləʊ] ” ['setɪŋ] [wen] [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)]

After	cooking	the	food	can	be	held	on	the	“	LOW	”	setting	when	there	are
后	烹饪	这	食物	能	是	握住	在	这	“	低的	”	环境	什么时候	那里	是

[ˌʌnə'vɔɪdəb(ə)l] [dɪ'leɪz] [æt; ət] ['sɜːvɪŋ] [taɪm] .

unavoidable	delays	at	serving	time	.
不可避免的	延误	在	服务	时间	.

烹饪完成后，如果上菜时间出现不可避免的延误，可以将食物保温在“低温”档位。

['iːv(ə)n] [mæʃt] [pə'teɪtəʊz] [wɪl] [steɪ] [hɒt][ænd; ənd] ['flʌfi] [wɪ'ðaʊt] ['skɔːtʃɪŋ] ! [fɔːr] .

Even	mashed	potatoes	will	stay	hot	and	fluffy	without	scorching	!	4	.
甚至	捣碎	土豆	将要	停留	热的	和	蓬松的	没有	灼热	!	4	.

就连土豆泥也能保持热乎蓬松，而不会烧焦！4.

[rɪ'zʌlts] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [wen] ['duːɪŋ] ['speʃ(ə)l] [taɪps] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [sʌtʃ] [æz; əz] [diːp] [fæt] ['fraɪɪŋ]

Results	are	excellent	when	doing	special	types	of	cooking	such	as	deep	fat	frying
结果	是	出色的	什么时候	正在做	特别的	类型	的	烹饪	这样的	作为	深的	胖的	煎炸

,

,

,

在进行特殊类型的烹饪，例如油炸时，效果极佳。

['grɪdl] ['kʊkɪŋ] , ['wɔːmɪŋ] ['leftˌoʊvərz] , ['pɒpkɔːn] , ['skɪlɪt] [miːlz] ,

griddle	cooking	,	warming	leftovers	,	popcorn	,	skillet	meals	,
烤盘	烹饪	,	变暖	剩菜	,	爆米花	,	煎锅	餐	,

煎锅烹饪、加热剩菜、爆米花、平底锅菜肴

[ænd; ənd] ['sensətɪv] [fuːdz] [sʌtʃ] [æz; əz] ['kʌstəd] [ænd; ənd] [kriːm] ['sɔːsɪz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [ə'ʃuə]

and	sensitive	foods	such	as	custards	and	cream	sauces	because	it	assures
和	敏感的	食物	这样的	作为	蛋奶冻	和	奶油	酱汁	因为	它	保证

['iːv(ə)n] , ['ækjərət] ['temprətʃə(r)] [kən'trəʊl] .

even	,	accurate	temperature	control	.
甚至	,	准确的	温度	控制	.

并且适用于蛋奶冻和奶油酱等对温度敏感的食物，因为它能确保均匀、精确的温度控制。

[best] [rɪ'zʌlts] : [wʌn] .

BEST	**RESULTS**	**:**	**1**	**.**
最好的	结果	:	1	.

最佳结果：1.

[juːz] [flæt] ['kɑpər'bɑtəmd] [juː'tensɪlz] [wɪtʃ] [meɪk] [gʊd] ['kɒntækt] [wɪð] [ðə; ði] ['sensɪŋ] [dɪ'vaɪs] .

Use	**flat**	**bottomed**	**utensils**	**which**	**make**	**good**	**contact**	**with**	**the**	**sensing**	**device**	**.**
使用	平坦的	底部	餐具	哪个	制作	好的	接触	和	这	传感	设备	.

使用底部平坦的器具，以便与传感装置良好接触。

[traɪ]['ɔːlsəʊ] [tuː; tə] [tʃuːz] [pænz] [ðæt] [fɪt] [ðə; ði] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [fuːd] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['kʊkɪŋ] .

Try	**also**	**to**	**choose**	**pans**	**that**	**fit**	**the**	**quantity**	**of**	**food**	**you**	**are**	**cooking**	**.**
尝试	还	到	选择	平底锅	那	合身	这	数量	的	食物	你	是	烹饪	.

尽量选择与烹饪食物量相匹配的锅具。

[juː'tensɪlz] [pə'fɔːm] [best] [wen] ['nɪəli] [fʊl] . [ˌtuː'tuː] .

Utensils	**perform**	**best**	**when**	**nearly**	**full**	**.**	**2**	**.**
餐具	履行	最好的什么时候		几乎	满的	.	2	.

餐具在接近装满时使用效果最佳。2.

[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]['kɔndʌkt, kən'dʌkt] [hiːt] ['veri] [wel] [ænd; ənd] [ɪz] [aɪ'diːəl] [fɔː(r); fə(r)] [juːz] [ɒn] [ðə; ði]

Aluminum	**conducts**	**heat**	**very**	**well**	**and**	**is**	**ideal**	**for**	**use**	**on**	**the**
铝	进行	热	非常	出色地	和	是	理想的	为了	使用	在	这

[ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] .

thermostatic	**top**	**burner**	**.**
恒温	顶部	刻录机	.

铝的导热性非常好，非常适合用于恒温式炉灶。

[θriː] . [duː; də] [nɒt] [juːz] [glɑːs] [juː'tensɪlz] [ən'les] [fuːd] [ɪz] [kʊkt] [ɪn] ['lɪkwɪd] . [fɔːr] .

3	**.**	**Do**	**not**	**use**	**glass**	**utensils**	**unless**	**food**	**is**	**cooked**	**in**	**liquid**	**.**	**4**	**.**
3	.	做	不是	使用	玻璃	餐具	除非	食物	是	煮熟	在	液体	.	4	.

3. 除非食物是用液体烹煮的，否则不要使用玻璃器皿。4.

[ðə; ði] [tɒp] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['sensɪŋ] [dɪ'vaɪs] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv] [ðə; ði] [juː'tens(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]

The	**top**	**of**	**the**	**sensing**	**device**	**and**	**the**	**bottom**	**of**	**the**	**utensil**	**should**	**be**
这	顶部	的	这	传感	设备	和	这	底部	的	这	用具	应该	是

[kept] [kliːn] . [faɪv] .

kept	**clean**	**.**	**5**	**.**
保留	干净的	.	5	.

5. 传感装置的顶部和器皿的底部应保持清洁。

[ɪn] ['fraɪɪŋ] [fuːdz] , [pə'tɪkjələli] [miːts] ,

In	**frying**	**foods**	**,**	**particularly**	**meats**	**,**
在	煎炸	食物	,	特别	肉类	,

在煎炸食物，特别是肉类时，

[meɪk] ['sɜːt(ə)n] [ðæt] [ðə; ði] ['sentə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pæn] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] ['sensɪŋ] [dɪ'vaɪs] [ɪz] ['kʌvəd] [wɪð]

make	**certain**	**that**	**the**	**center**	**of**	**the**	**pan**	**over**	**the**	**sensing**	**device**	**is**	**covered**	**with**
制作	肯定	那	这	中心	的	这	平底锅	超过	这	传感	设备	是	涵盖	和

[fuːd] . [sɪks] .

food	**.**	**6**	**.**
食物	.	6	.

6. 确保感应装置上方的平底锅中心被食物覆盖。

['dʒen(ə)rəli] , ['ləʊə(r)] [fleɪm] ['haɪts] [ɑː(r); ə(r)] [best] [fɔː(r); fə(r)] [nɒn] - [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [juː'tensɪlz] .

Generally	**,**	**lower**	**flame**	**heights**	**are**	**best**	**for**	**non**	**-**	**aluminum**	**utensils**	**.**
一般来说	,	降低	火焰	高度	是	最好的	为了	非	-	铝	餐具	.

['sɛvən] .

7	**.**
7	.

一般来说，对于非铝制炊具，较低的火焰高度是最佳选择。7.

[wen] [miːts] [wɪð] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)][pæn] [brɔɪld] [ænd; ənd] [ˌɪnsəˈfɪʃ(ə)nt] [fæt][ɪz] obtained13

When	meats	with	bones	are	pan	broiled	and	insufficient	fat	is	obtained13
什么时候	肉类	和	骨头	是	平底锅	烤制	和	不足的	胖的	是	obtained13

当用平底锅煎烤带骨肉类时，如果获得的脂肪不足[13]

[frɒm; frəm][ðə; ði] [miːt] ,

from	the	meat	,
从	这	肉	,

从肉中，

[ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [biː; bi] [ˈnesəsəri] [tuː; tə][ˌeɪ diː ˈdiː][ə; eɪ] [smɔːl] [əˈmaʊnt] [ɒv; əv] [ˈʃɔːtnɪŋ] [tuː; tə][ɪnˈʃʊə(r)]

it	may	be	necessary	to	add	a	small	amount	of	shortening	to	insure
它	可能	是	必要的	到	添加	一个	小的	数量	的	缩短	到	保证

[gʊd] [ˈkɒntækt] [bɪˈtwiːn] [pæn][ænd; ənd] [miːt] . [eit] .

good	contact	between	pan	and	meat	.	8	.
好的	接触	之间	平底锅	和	肉	.	8	.

可能需要添加少量起酥油，以确保锅与肉充分接触。8.

[ˈfraɪɪŋ] [ɪn][ˌpaiərə?səˈræm,-ˈserəm] ([ˈkɔːrnɪŋwer]) [rɪˈkwaɪəz] [ləʊ] [fleɪm] [saɪz][ænd; ənd] - [tuː; tə] -

Frying	in	pyroceram	(	Corningware	)	requires	low	flame	size	and	25	to	50
煎炸	在	火陶瓷	(	康宁餐具	)	需要	低的	火焰	尺寸	和	-	到	-

[dɪˈgriːz] [ˈləʊə(r)] [ˈtemprətʃə(r)] . [naɪn] .

degrees	lower	temperature	.	9	.
学位	降低	温度	.	9	.

使用耐热陶瓷（康宁餐具）煎炸食物需要较小的火焰和比普通煎炸低 25 至 50 度的温度。9.

[wen] [keɪks] , [bredz] [ɔː(r)] [dɪˈzɜːts] [ɑː(r); ə(r)] [beɪkt] [ɒn][ðə; ði] [ˌθɜːməˈstætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)] ,

When	cakes	,	breads	or	desserts	are	baked	on	the	thermostatic	top	burner	,
什么时候	蛋糕	,	面包	或者	甜点	是	烘焙	在	这	恒温	顶部	刻录机	,

当蛋糕、面包或甜点在恒温炉灶上烘焙时，

[ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [hæz; həz][ə; eɪ] ['slaɪtli] [stiːmd] [əˈpɪərəns] .

the	top	of	the	food	has	a	slightly	steamed	appearance	.
这	顶部	的	这	食物	有	一个	轻微地	蒸	外貌	.

食物表面略带蒸煮痕迹。

[rɪˈmuːv] ['kʌvə(r)][fɔː(r); fə(r)][lɑːst][faɪv] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [əˈlaʊ] [fuːd] [tuː; tə][draɪ][ɒn][tɒp] . - .

Remove	cover	for	last	5	minutes	to	allow	food	to	dry	on	top	.	10	.
消除	覆盖	为了	最后的	5	分钟	到	允许	食物	到	干燥	在	顶部	.	-	.

最后 5 分钟去掉盖子，让食物表面晾干。10.

[ˌpriːˈhiːtɪŋ] [ɪz] ['nesəsəri] [wen] [pæn] ['fraɪɪŋ] , [diːp] [fæt] ['fraɪɪŋ] , [pæn] ['brɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] ['grɪdl]

Preheating	is	necessary	when	pan	frying	,	deep	fat	frying	,	pan	broiling	and	griddle
预热	是	必要的	什么时候	平底锅	煎炸	,	深的	胖的	煎炸	,	平底锅	烤制	和	烤盘

['kʊkɪŋ] .

cooking	.
烹饪	.

煎、油炸、烤和煎锅烹饪都需要预热。

[pʊt][ðə; ði] ['ʃɔːtnɪŋ] [ɪn][ðə; ði][pæn] ([ɪkˈsept] [fɔː(r); fə(r)][pæn] ['brɔɪlɪŋ]) [ænd; ənd][set][ðə; ði]

Put	the	shortening	in	the	pan	(	except	for	pan	broiling	)	and	set	the
放	这	缩短	在	这	平底锅	(	除了	为了	平底锅	烤制	)	和	放	这

[ˌθɜːməˈstætɪk] [kənˈtrəʊl][æt; ət][ðə; ði] [fleɪm] [saɪz][ænd; ənd] ['temprətʃə(r)] [ˌrekəˈmendɪd] [fɔː(r); fə(r)]

thermostatic	control	at	the	flame	size	and	temperature	recommended	for
恒温	控制	在	这	火焰	尺寸	和	温度	受到推崇的	为了

[ðə; ði] [fuːd] ['biːɪŋ] [kʊkt] .

the	food	being	cooked	.
这	食物	存在	煮熟	.

将起酥油放入锅中（煎烤除外），并将恒温控制设置为适合所烹饪食物的火焰大小和温度。

[wen] [ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɪz] [ri:tʃt] ,
When **the** **temperature** **is** **reached** **,**
什么时候 这 温度 是 达到 ,

当温度达到设定值时，

[ðə; ði] [fleɪm] [wɪl] [ˌɔ:tə'mætɪkli] ['ləʊə(r)][ɔ:(r)] [dɪ'mɪnɪʃ] [kəm'pli:tli] [ænd; ənd][ju:; jʊ][kæn; kən] [bɪ'gɪn]
the **flame** **will** **automatically** **lower** **or** **diminish** **completely** **and** **you** **can** **begin**
这 火焰 将要 自动地 降低 或者 减少 完全地 和 你 能 开始
[tu:; tə][fraɪ] [ðen] [ɔ:(r)] [wen'evə(r)] [ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] ['redi] .
to **fry** **then** **or** **whenever** **you** **are** **ready** **.**
到 炒 然后 或者 每当 你 是 准备好 .

火焰会自动减弱或完全熄灭，这时你就可以开始煎炸了，或者在你准备好的时候开始煎炸。

[ðə; ði]['bɜ:nə(r)] [wɪl] [ˌɔ:tə'mætɪkli] [ɪn'kri:s] [ɔ:(r)] [dɪ'kri:s] [ðə; ði] [fleɪm] [æz; əz] ['ni:dɪd] [tu:; tə]
The **burner** **will** **automatically** **increase** **or** **decrease** **the** **flame** **as** **needed** **to**
这 刻录机 将要 自动地 增加 或者 减少 这 火焰 作为 需要 到
[meɪn'teɪn] [ðə; ði] [sɪ'lektɪd] ['temprətʃə(r)] . - .
maintain **the** **selected** **temperature** **.** **11** **.**
维持 这 已选 温度 . - .

燃烧器会根据需要自动增大或减小火焰，以保持设定的温度。11.

[taɪt] - ['fɪtɪŋ] [lɪdz] [ki:p] [hi:t] , ['mɔɪstʃə(r)] [ænd; ənd]['fleɪvə(r)][ˌɪn'saɪd][ðə; ði][pæn][ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd]
Tight **-** **fitting** **lids** **keep** **heat** **,** **moisture** **and** **flavor** **inside** **the** **pan** **and** **should**
紧的 - 配件 盖子 保持 热 , 水分 和 味道 里面 这 平底锅 和 应该
[bi:; bi] [ju:st] [fɔ:(r); fə(r)] ['wɔ:mɪŋ] ,
be **used** **for** **warming** **,**
是 用过的 为了 变暖 ,

密封性好的锅盖能将热量、水分和味道锁在锅内，应该用于保温。

['meltɪŋ] , ['sɪmərɪŋ] , ['sti:mɪŋ] [ænd; ənd][məʊst] ['bɔɪlɪŋ] .
melting **,** **simmering** **,** **steaming** **and** **most** **boiling** **.**
融化 , 煨煮 , 蒸煮 和 最多 沸腾 .

融化、煨煮、蒸煮和沸腾。

['kʊkɪŋ] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ]['kʌvə(r)] [wɪl] [rɪ'kwaɪə(r)][ə; eɪ]['haɪə(r)] ['temprətʃə(r)] ['setɪŋ] [ðæn; ðən] [wɪl] [bi:; bi]
Cooking **without** **a** **cover** **will** **require** **a** **higher** **temperature** **setting** **than** **will** **be**
烹饪 没有 一个 覆盖 将要 要求 一个 更高 温度 环境 比 将要 是
['ni:dɪd] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði] [seɪm] [fu:d] [kʊkt] ['kʌvəd] .
needed **for** **the** **same** **food** **cooked** **covered** **.**
需要 为了 这 相同的 食物 煮熟 涵盖 .

不盖盖子烹饪需要比盖盖子烹饪相同食物更高的温度。

['fraɪɪŋ] [ænd; ənd][pæn] ['brɔɪlɪŋ] [du:; də][nɒt][rɪ'kwaɪə(r)] ['kʌvəz] . - .
Frying **and** **pan** **broiling** **do** **not** **require** **covers** **.** **12** **.**
煎炸 和 平底锅 烤制 做 不是 要求 封面 . - .

煎炸和平底锅烤制不需要盖盖子。12.

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [bi:; bi]['helpf(ə)l][tu:; tə]['rekɔ:d; rɪ'kɔ:d][ðə; ði] ['temprətʃə(r)] ['setɪŋz] [wɪtʃ] [gɪv] [ju:; jʊ][ðə; ði]
It **may** **be** **helpful** **to** **record** **the** **temperature** **settings** **which** **give** **you** **the**
它 可能 是 有帮助 到 记录 这 温度 设置 哪个 给 你 这
[best] [rɪ'zʌlts] .
best **results** **.**
最好的 结果 .

记录下能获得最佳效果的温度设置可能会有所帮助。

[taɪm] [ænd; ənd] ['temprətʃə(r)] [gaɪd] [fɔ:(r); fə(r)]
TIME **AND** **TEMPERATURE** **GUIDE** **FOR**
时间 和 温度 指导 为了

时间和温度指南

“ ['bɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn]
“ BURNER - WITH - A - BRAIN
“ 刻录机 - 和 - 一个 - 脑

“有脑子的燃烧器”

” ['pɜːsən(ə)l] [teɪst] , [ðə; ði] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [fuːd] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['fæktəz] [meɪ] [nə'sesɪteɪt] [ə; eɪ]
” Personal taste , the quantity of food and other factors may necessitate a
” 个人的 品尝 , 这 数量 的 食物 和 其他 因素 可能 需要 一个
['slaɪtli] ['haɪə(r)] [ɔː(r)] ['ləʊə(r)] ['temprətʃə(r)] .
slightly higher or lower temperature .
轻微地 更高 或者 降低 温度 .

“个人口味、食物数量和其他因素可能需要稍微高一点或低一点的温度。

[rɪ'djuːs] [fleɪm] [saɪz] [fɔː(r); fə(r)] [ɔːl] [smɔːl] [juː'tensɪlz] [bɪ'fɔː(r)] [sɪ'lektɪŋ] ['temprətʃə(r)] [ænd; ənd] [fɔː(r); fə(r)]
Reduce flame size for all small utensils before selecting temperature and for
减少 火焰 尺寸 为了 全部 小的 餐具 前 选择 温度 和 为了
[pænz] (['steɪnləs] [stiːl] ,
nonaluminum pans (stainless steel ,
非铝 平底锅 (防锈的 钢 ,

在选择温度之前，应减小所有小型炊具的火焰大小，对于非铝制平底锅（不锈钢、

[kɑːst] ['aɪən] , [glɑːs] [ænd; ənd] [ɪ'næm(ə)l]) .
cast iron , glass and enamel) .
投掷 铁 , 玻璃 和 搪瓷) .

铸铁、玻璃和搪瓷）。

[tuː; tə] [fraɪ] [ɪn] [ˌpaiərəʔsə'ræm,-'serəm] (['kɔːrnɪŋwer]) [juː'tensɪlz] , ['ləʊə(r)] ['temprətʃə(r)] - [dɪ'griːz]
To fry in pyroceram (Corningware) utensils , lower temperature 25 degrees
到 炒 在 火陶瓷 (康宁餐具) 餐具 , 降低 温度 - 学位
[tuː; tə] - [dɪ'griːz] .
to 50 degrees .
到 - 学位 .

如果使用耐热陶瓷（康宁餐具）进行煎炸，请将温度降低 25 度至 50 度。

[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [ɪz] [ðə; ði] [best] [hiːt] [kən'dʌktə(r)] [ænd; ənd] [ɪz] [aɪ'diːəl] [fɔː(r); fə(r)] [juːz] [ɒn]
ALUMINUM IS THE BEST HEAT CONDUCTOR AND IS IDEAL FOR USE ON
铝 是 这 最好的 热 导体 和 是 理想的 为了 使用 在
[ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] .
THERMOSTATIC TOP BURNER .
恒温 顶部 刻录机 .

铝是最好的导热材料，非常适合用于恒温式炉灶。

[kən'trəʊl] ['setɪŋ]
CONTROL SETTING
控制 环境

控制设置

[fuːd] ['temprətʃə(r)] [ə'prɒksɪmət] ['kʊkɪŋ] [taɪm]
FOOD TEMPERATURE APPROXIMATE COOKING TIME
食物 温度 近似 烹饪 时间

食物温度 大约烹饪时间

['bevərɪdʒ]
BEVERAGES
饮料

饮料

['kəʊkəʊ] 175° - 200° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cocoa 175° - 200° 10 to 15 Min .
可可 175° - 200° - 到 - 敏 .

可可 175°-200° 10 至 15 分钟

['kɒfi]
Coffee
咖啡

咖啡

['pɜːkəleɪtə(r)] 225° - 250° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Percolator **225°** **-** **250°** **12** **to** **15** **Min** **.**
渗滤式咖啡壶 225° - 250° - 到 - 敏 .

渗滤式咖啡壶 225°-250° 12 至 15 分钟。

['vækjuːm] 185° [eit][tuː; tə] - [mɪn] .
Vacuum **185°** **8** **to** **10** **Min** **.**
真空 185° 8 到 - 敏 .

真空 185° 8 至 10 分钟

[tuː; tə] [kiːp] [wɔːm] 150° - 175°
To **Keep** **Warm** **150°** **-** **175°**
到 保持 温暖的 150° - 175°

保暖温度为 150°-175°

[bredz]
BREADS
面包

面包

[grɪld] ['sænwɪtʃz] 325° - 350° [ˌtuːˈtuː][tuː; tə][θriː][mɪn] . [pə(r)][saɪd]
Grilled **Sandwiches** **325°** **-** **350°** **2** **to** **3** **Min** **.** **per** **side**
烤 三明治 325° - 350° 2 到 3 敏 . 每 边

烤三明治，温度 325°-350°，每面烤 2 至 3 分钟

[frentʃ] [təʊst] 325° - 350° [θriː][tuː; tə][fɔːr][mɪn] . [pə(r)][saɪd]
French **Toast** **325°** **-** **350°** **3** **to** **4** **Min** **.** **per** **side**
法语 吐司 325° - 350° 3 到 4 敏 . 每 边

法式吐司，温度 325-350°F（约163-177°C），每面烤 3 至 4 分钟。

['pænkeɪks] 350° - 375° [wʌn][tuː; tə][θriː][mɪn] . [pə(r)][saɪd]
Pancakes **350°** **-** **375°** **1** **to** **3** **Min** **.** **per** **side**
煎饼 350° - 375° 1 到 3 敏 . 每 边

煎饼温度 350°-375°，每面煎 1 至 3 分钟

[keɪks]
CAKES
蛋糕

蛋糕

([beɪk] [ɪn] - - [ɪntʃ] ['skɪlɪt] , ['kʌvəd])
(**Bake** **in** **10** **-** **inch** **skillet** **,** **covered** **)**
(烤 在 - - 英寸 煎锅 , 涵盖)

（用10英寸的煎锅烘烤，盖上盖子）

['dʒɪndʒəbred] 250° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Gingerbread **250°** **30** **to** **35** **Min** **.**
姜饼 250° - 到 - 敏 .

姜饼 250° 30 至 35 分钟

['pækɪdʒ] [keɪk] , [wʌn]['leɪə(r)] 250° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Package **Cake** **,** **1** **layer** **250°** **25** **to** **30** **Min** **.**
包裹 蛋糕 , 1 层 250° - 到 - 敏 .

包装蛋糕，1 层，250°，25 至 30 分钟。

['paɪnæp(ə)l] ['ʌpsaɪd] - [daʊn] [keɪk] , [wʌn]['leɪə(r)] 250° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Pineapple **Upside** **-** **down** **Cake** **,** **1** **layer** **250°** **25** **to** **30** **Min** **.**
菠萝 上行 - 向下 蛋糕 , 1 层 250° - 到 - 敏 .

菠萝翻转蛋糕，1 层，250°，25 至 30 分钟。

['kændi]
CANDY
糖果

糖果

([juːz][ə; eɪ] ['hevi] [pæn] , ['prefrəbli] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm])
(Use a heavy pan , preferably aluminum)
(使用 一个 重的 平底锅 , 最好 铝)

（使用厚底平底锅，最好是铝制的）

[fʌdʒ] 250° [tuː; tə] [spft] [bɔːl] [steɪdʒ] [pn] ['kændi] [θə'mɒmɪtə(r)]
Fudge 250° To soft ball stage on candy thermometer
做傻事 250° 到 柔软的 球 阶段 在 糖果 温度计

软糖温度达到250°F（约121°C）至软球阶段（糖果温度计测量）。

[dɪ'vɪnəti] 250° [tuː; tə] [hɑːd] [bɔːl] [steɪdʒ] [pn] ['kændi] [θə'mɒmɪtə(r)]
Divinity 250° To hard ball stage on candy thermometer
神 250° 到 难的 球 阶段 在 糖果 温度计

糖果温度计显示，温度达到250°至硬球阶段

['piːnʌt] ['brɪt(ə)l] 325° - 350° - [tuː; tə] - [mɪn] . [ɔː(r)] [hɑːd] [krækt] [steɪdʒ] [pn] ['kændi] [θə'mɒmɪtə(r)]
Peanut Brittle 325° - 350° 15 to 20 Min . or hard cracked stage on candy thermometer
花生 脆 325° - 350° - 到 - 敏 . 或者 难的 裂纹 阶段 在 糖果 温度计

花生糖温度达到 325°-350°，烘烤 15 至 20 分钟，或糖果温度计显示出现硬裂纹阶段。

['sɪəriəl]
CEREAL
谷物

谷物

(['ædɪd] [tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)])
(added to boiling water)
(额外 到 沸腾 水)

（加入沸水中）

[kriːm] [ɒv; əv] [wiːt] ([kwɪk]) 175° - 200° [faɪv][mɪn] .
Cream of Wheat (quick) 175° - 200° 5 Min .
奶油 的 小麦 (快的) 175° - 200° 5 敏 .

小麦粉（快速）175°-200° 5 分钟。

['əʊtmiːl] ([kwɪk]) 175° - 200° [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Oatmeal (quick) 175° - 200° 3 to 5 Min .
麦片 (快的) 175° - 200° 3 到 5 敏 .

燕麦片（快熟）175°-200° 3 至 5 分钟

[ˌmækə'rəʊni] , [spə'geti] [ænd; ənd] ['nuːd(ə)lz] 225° - 250°
Macaroni , Spaghetti and Noodles 225° - 250°
通心粉 , 意大利细面条 和 面条 225° - 250°

通心粉、意大利面和面条 225°-250°

[ʌn'tɪl] ['tendə(r)]
Until tender
直到 投标

嫩化

[raɪs] 210° - 225° - [mɪn] .
Rice 210° - 225° 20 Min .
米 210° - 225° - 敏 .

米饭 210°-225° 20 分钟

[dɪ'zɜːts]
DESSERTS
甜点

甜点

['kʌstəd] :
Custards **:**
蛋奶冻 :

蛋奶冻:

[spft] ([stɜːd]) 175° - 190° [fɔːr][tuː; tə]['sɛvən][mɪn] .
Soft **(** **stirred** **)** **175°** **-** **190°** **4** **to** **7** **Min** **.**
柔软的 (搅拌) 175° - 190° 4 到 7 敏 .

软（搅拌）175°-190° 4 至 7 分钟。

[stiːmd] , [ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] 175° - 190° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Steamed **,** **individual** **175°** **-** **190°** **20** **to** **30** **Min** **.**
蒸 , 个人 175° - 190° - 到 - 敏 .

蒸煮，单个 175°-190° 20 至 30 分钟。

['pʊdɪŋz] :
Puddings **:**
布丁 :

布丁:

[kriːm] [paɪ] ['fɪlɪŋ] 200° - 210° [sɪks][tuː; tə][eit][mɪn] .
Cream **Pie** **Filling** **200°** **-** **210°** **6** **to** **8** **Min** **.**
奶油 馅饼 填充 200° - 210° 6 到 8 敏 .

奶油派馅料 200°-210° 6 至 8 分钟

['pækɪdʒ] [mɪks] 200° [fɔːr][tuː; tə][eit][mɪn] .
Package **Mix** **200°** **4** **to** **8** **Min** **.**
包裹 混合 200° 4 到 8 敏 .

包装混合 200° 4 至 8 分钟。

[stiːmd] , [wʌn] - [ˌkjuː 'tiː] . [məʊld] 200°
Steamed **,** **1** **-** **qt** **.** **mold** **200°**
蒸 , 1 - qt . 模具 200°

蒸煮，1夸脱模具，200°

[ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə]['resəpi]
According **to** **recipe**
根据 到 食谱

根据食谱

[ˌtæpi'əʊkə] 200° [faɪv][tuː; tə][eit][mɪn] .
Tapioca **200°** **5** **to** **8** **Min** **.**
木薯 200° 5 到 8 敏 .

木薯粉 200° 5 至 8 分钟

[egz]
EGGS
鸡蛋

鸡蛋

[fraɪd] 200° - 225° [ˌtuː'tuː][tuː; tə][fɔːr][mɪn] . [ˌpriː'hiːtɪd] ['skɪlɪt]
Fried **200°** **-** **225°** **2** **to** **4** **Min** **.** **preheated** **skillet**
油煎 200° - 225° 2 到 4 敏 . 预热 煎锅

用预热至200-225°的煎锅煎2到4分钟

['ɒmlət] 250° - 300° [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Omelet **250°** **-** **300°** **3** **to** **5** **Min** **.**
煎蛋卷 250° - 300° 3 到 5 敏 .

煎蛋 250°-300° 3 至 5 分钟

[pəʊtʃt] 175° - 200° [θriː][tuː; tə]['sɛvən][mɪn] . , ['kʌvəd]
Poached **175°** **-** **200°** **3** **to** **7** **Min** **.** **,** **covered**
偷猎 175° - 200° 3 到 7 敏 . , 涵盖

水煮至175-200°F（约79-93°C），盖上盖子煮3至7分钟。

[hɑːd] [kʊkt] 200° - [mɪn] . , ['kʌvəd]
Hard Cooked 200° 20 Min . , covered
难的 煮熟 200° - 敏 . , 涵盖

用200°C高温烹煮20分钟，盖上盖子。

[sɒft] [kʊkt]
Soft Cooked
柔软的 煮熟

软煮

(['ædɪd] [tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]) 200° - 225° [θriː][tuː; tə][sɪks][mɪn] .
(Added to boiling water) 200° - 225° 3 to 6 Min .
(额外 到 沸腾 水) 200° - 225° 3 到 6 敏 .

（加入沸水）200°-225° 3 至 6 分钟。

['skræmb(ə)ld] 200° - 225° [ˌtuː'tuː][tuː; tə][fɔːr][mɪn] . [ˌpriː'hiːtɪd] ['skɪlɪt]
Scrambled 200° - 225° 2 to 4 Min . preheated skillet
打乱 200° - 225° 2 到 4 敏 . 预热 煎锅

用预热至 200-225° 的平底锅炒 2 至 4 分钟

[fruːts]
FRUITS
水果

水果

['æpəlˌsɔːs] 200° - [tuː; tə] - [mɪn] . , ['kʌvəd]
Applesauce 200° 15 to 20 Min . , covered
苹果酱 200° - 到 - 敏 . , 涵盖

苹果酱 200°F（约93°C） 盖上盖子煮15至20分钟

['krænbəri] [sɔːs] 225° - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cranberry Sauce 225° 15 to 20 Min .
蔓越莓 酱 225° - 到 - 敏 .

蔓越莓酱 225° 15 至 20 分钟

[draɪd] [fruːts] , [wʌn]['el biː] .
Dried Fruits , 1 lb .
干燥 水果 , 1 磅 .

干果，1磅

190° - 200° - [tuː; tə] - [mɪn] .
190° - 200° 15 to 35 Min .
190° - 200° - 到 - 敏 .

190°-200° 15 至 35 分钟

['frɒstɪŋ]
FROSTINGS
糖霜

糖霜

([juːz] ['hevi] [pæn] , ['prefrəbli] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm])
(Use heavy pan , preferably aluminum)
(使用 重的 平底锅 , 最好 铝)

（使用厚底平底锅，最好是铝锅）

[bɔɪld] 250° - 275° [eit][tuː; tə] - [mɪn] . [ɔː(r)] [lɒŋ] [θred]
Boiled 250° - 275° 8 to 10 Min . or long thread
煮沸 250° - 275° 8 到 - 敏 . 或者 长的 线

煮沸温度为 250°-275°，煮 8 至 10 分钟或煮成长丝

[fʌdʒ] [ɔː(r)]['kærəmel] 250° - 275° - [tuː; tə] - [mɪn] . [ɔː(r)] [sɒft] [bɔːl]
Fudge or Caramel 250° - 275° 12 to 14 Min . or soft ball
做傻事 或者 焦糖 250° - 275° - 到 - 敏 . 或者 柔软的 球

软糖或焦糖 250°-275° 12 至 14 分钟或软球

['sev(ə)n] ['mɪnɪt] 190° - 200° [θri:][tu:; tə] - [mɪn] .

Seven	Minute	190°	-	200°	3	to	10	Min	.
七	分钟	190°	-	200°	3	到	-	敏	.

七分钟 190°-200° 3 至 10 分钟。

[dʒæm][ænd; ənd] ['dʒeli]

JAM	AND	JELLY
果酱	和	果冻

果酱和果冻

[dʒæm] , [θri:][tu:; tə][fɔ:r]['el bi:] . , [fru:t] 225°

Jam	,	3	to	4	lb	.	,	fruit	225°
果酱	,	3	到	4	磅	.	,	水果	225°

果酱，3至4磅，水果225°

[ə'kɔ:dɪŋ] [tu:; tə] ['resəpi]

According	to	recipe
根据	到	食谱

根据食谱

['dʒeli] , [ˌtu:'tu:] [kʌps] [dʒu:s] 250°

Jelly	,	2	cups	juice	250°
果冻	,	2	杯子	汁	250°

果冻，2 杯果汁，250°

[ʌn'tɪl] ['dʒeli] “ [ʃi:ts] -

Until	jelly	“	sheets	'
直到	果冻	“	纸张	-

直到果冻“片”

[fɪʃ] , [mi:t] [ænd; ənd] ['pəʊltri]

FISH	,	MEAT	AND	POULTRY
鱼	,	肉	和	家禽

鱼、肉和家禽

['beɪkən] ([du:; də][nɒt] [ˌpri:'hi:t] [pæn]) 300° - 325° [θri:][tu:; tə][faɪv][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Bacon	(	do	not	preheat	pan	)	300°	-	325°	3	to	5	Min	.	per	side
熏肉	(	做	不是	预热	平底锅	)	300°	-	325°	3	到	5	敏	.	每	边

培根（无需预热平底锅）300-325°F（约150-160°C），每面煎3至5分钟

[breɪzd] [mi:t] 350° [ʌn'tɪl] [braʊn]

Braised	Meat	350°	Until	brown
炖	肉	350°	直到	棕色的

红烧肉，350°F（约175°C）至棕色

210° [ʌn'tɪl] ['tendə(r)]

210°	Until	tender
210°	直到	投标

210° 直至软嫩

[kə'neɪdiən]['beɪkən] 275° - 300° [ˌtu:'tu:][tu:; tə][faɪv][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Canadian	Bacon	275°	-	300°	2	to	5	Min	.	per	side
加拿大	熏肉	275°	-	300°	2	到	5	敏	.	每	边

加拿大培根，275-300°F（约135-149°C），每面煎2至5分钟。

['tʃɪkɪn] , [kʌt] [ʌp] 325° [ʌn'tɪl] [braʊn]

Chicken	,	cut	up	325°	Until	brown
鸡	,	切	向上	325°	直到	棕色的

鸡肉切块，用325°烤至棕色

210° - 225° - [tu:; tə] - [mɪn] . , ['kʌvəd]

210°	-	225°	20	to	40	Min	.	,	covered
210°	-	225°	-	到	-	敏	.	,	涵盖

210°-225°，20至40分钟，覆盖

[fɪʃ] ['fɪlɪt] 325° [fɔːr][tuː; tə][faɪv][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Fish	**Fillets**	**325°**	**4**	**to**	**5**	**Min**	**.**	**per**	**side**
鱼	鱼片	325°	4	到	5	敏	.	每	边

鱼片，325°F（约163°C），每面煎4至5分钟

[graʊnd] [biːf] ['pætiz] 300° - 325° [fɔːr][tuː; tə][sɪks][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Ground	**Beef**	**Patties**	**300°**	**-**	**325°**	**4**	**to**	**6**	**Min**	**.**	**per**	**side**
地面	牛肉	肉饼	300°	-	325°	4	到	6	敏	.	每	边

牛肉饼，300-325°F（约150-160°C），每面煎烤4-6分钟

[hæm] [slaɪs] , ¼ - [tuː; tə] ½ - [θɪk] 300° [sɪks][tuː; tə][eit][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Ham	**Slice**	**,**	**¼**	**'**	**to**	**½**	**'**	**thick**	**300°**	**6**	**to**	**8**	**Min**	**.**	**per**	**side**
火腿	片	,	¼	-	到	½	-	厚的	300°	6	到	8	敏	.	每	边

火腿片，厚度为 ¼ 英寸至 ½ 英寸，300°F（约 150°C），每面烤 6 至 8 分钟。

['lɪvə(r)] , ¼ - [tuː; tə] ½ - [θɪk] 275° [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] . [pə(r)][saɪd]

Liver	**,**	**¼**	**'**	**to**	**½**	**'**	**thick**	**275°**	**3**	**to**	**5**	**Min**	**.**	**per**	**side**
肝	,	¼	-	到	½	-	厚的	275°	3	到	5	敏	.	每	边

肝脏，厚度为 ¼ 英寸至 ½ 英寸，温度 275°F，每面烤 3 至 5 分钟。

[pɔːk] [tʃɒps] , ½ - [tuː; tə][wʌn] - [θɪk] 275°

Pork	**Chops**	**,**	**½**	**'**	**to**	**1**	**'**	**thick**	**275°**
猪肉	排骨	,	½	-	到	1	-	厚的	275°

猪排，厚度 ½ 英寸至 1 英寸，温度 275°

[ʌn'tɪl] [braʊn]

Until	**brown**
直到	棕色的

直到变成棕色

200° - [tuː; tə] - [mɪn] . , ['kʌvəd]

200°	**20**	**to**	**40**	**Min**	**.**	**,**	**covered**
200°	-	到	-	敏	.	,	涵盖

200°C，20至40分钟，覆盖

[pɔːk] ['sɒsɪdʒ] 275°

Pork	**Sausage**	**275°**
猪肉	香肠	275°

猪肉香肠 275°

[ʌn'tɪl] ['θʌrəli] [kʊkt]

Until	**thoroughly**	**cooked**
直到	彻底	煮熟

直至完全煮熟

[pɒt] [rəʊst] , [θriː][tuː; tə][faɪv]['el biː] .

Pot	**Roast**	**,**	**3**	**to**	**5**	**lb**	**.**
锅	烤	,	3	到	5	磅	.

炖牛肉，3至5磅。

325° [ʌn'tɪl] [braʊn]

325°	**Until**	**brown**
325°	直到	棕色的

325° 至棕色

200° - 215° [θriː][tuː; tə][fɔːr][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] . , ['kʌvəd]

200°	**-**	**215°**	**3**	**to**	**4**	**Hr**	**.**	**,**	**covered**
200°	-	215°	3	到	4	hr	.	,	涵盖

200°-215°，3至4小时，覆盖

[steɪk] , [kjuːb] 350° [ˌtuː'tuː][mɪn] . [pə(r)][saɪd][fɔː(r); fə(r)] ['miːdiəm] ['dʌnnəs]

Steak	**,**	**Cube**	**350°**	**2**	**Min**	**.**	**per**	**side**	**for**	**medium**	**doneness**
牛排	,	立方体	350°	2	敏	.	每	边	为了	中等的	完成

牛排，切成方块，350°，每面煎2分钟，至中等熟度

[steɪk] , ['sɜːlɔɪn] , [klʌb] ,
Steak , Sirloin , Club ,
牛排 , 西冷牛排 , 俱乐部 ,

牛排、西冷牛排、俱乐部牛排

[tiː] - [bəʊn][ɔː(r)][rɪb] ½ - [tuː; tə] ¾ - [θɪk] 325° [θriː][tuː; tə]['sɛvən][mɪn] . [pə(r)][saɪd][fɔː(r); fə(r)]['miːdiəm]
T - Bone or Rib ½ ' to ¾ ' thick 325° 3 to 7 Min . per side for medium
T - 骨 或者 肋骨 ½ - 到 ¾ - 厚的 325° 3 到 7 敏 . 每 边 为了 中等的
['dʌnnəs]
doneness
完成

T骨牛排或肋排，厚度为½英寸至¾英寸，温度为325°F（约163°C），每面烤3至7分钟，达到中等熟度。

['sɔːsɪz]
SAUCES
酱汁

酱汁

([kʊk] [ʌn'kʌvəd] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli])
(Cook uncovered , stirring constantly)
(厨师 裸露 , 搅拌 不断地)

（敞开锅盖烹煮，不断搅拌）

['bɑːbɪkjuː] [sɔːs] 210° - [mɪn] .
Barbecue Sauce 210° 15 Min .
烧烤 酱 210° - 敏 .

烧烤酱 210° 15 分钟

['greɪvi] 200° - 225° [faɪv][tuː; tə][eit][mɪn] .
Gravy 200° - 225° 5 to 8 Min .
肉汁 200° - 225° 5 到 8 敏 .

肉汁 200°-225° 5 至 8 分钟。

[waɪt] [sɔːs] 200° - 210° [fɔːr][tuː; tə][sɪks][mɪn] .
White Sauce 200° - 210° 4 to 6 Min .
白色的 酱 200° - 210° 4 到 6 敏 .

白酱 200°-210° 4 至 6 分钟

[suːps]
SOUPS
汤

汤

([kʊk] ['kʌvəd] , ['stɜːrɪŋ] [ə'keɪʒnəli])
(Cook covered , stirring occasionally)
(厨师 涵盖 , 搅拌 偶尔)

（盖上锅盖烹煮，偶尔搅拌）

['hiːtɪŋ] [kriːmd] [suːps] 200° [eit][tuː; tə] - [mɪn] .
Heating creamed soups 200° 8 to 10 Min .
加热 奶油 汤 200° 8 到 - 敏 .

将奶油浓汤加热至 200°，持续 8 至 10 分钟。

['vedʒtəb(ə)l] 210° [ˌtuː'tuː][tuː; tə][θriː][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] .
Vegetable 210° 2 to 3 Hr .
蔬菜 210° 2 到 3 hr .

蔬菜 210° 2 至 3 小时。

['vedʒtəb(ə)lz]
VEGETABLES
蔬菜

蔬菜

[freʃ] [ɔː(r)]['frəʊz(ə)n] 210° - 225° [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] , ['kʌvəd]

Fresh	or	frozen	210°	-	225°	Until	tender	,	covered
新鲜的	或者	冷冻	210°	-	225°	直到	投标	,	涵盖

新鲜或冷冻食品，用210-225°F（约99-107°C）烹煮至软嫩，盖好。

[pə'teɪtəʊz] :

Potatoes	:
土豆	:

土豆：

[beɪkt] 375° [wʌn][tuː; tə] 1½ [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] . , [ɒn] [ræk] [ɪn] ['kʌvəd] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][pæn]

Baked	375°	1	to	1½	hrs	.	,	on	rack	in	covered	aluminum	pan
烘焙	375°	1	到	1½	小时	.	,	在	架子	在	涵盖	铝	平底锅

在375°F（约190°C）的温度下烘烤1至1.5小时，放在带盖铝盘中的烤架上。

[hæʃ] [braʊn] 325° [ʌn'tɪl] [braʊn]

Hash	Brown	325°	Until	brown
哈希	棕色的	325°	直到	棕色的

土豆泥 325° 烤至棕色

[swiːt] [pə'teɪtəʊz] (['kændid]) 225° - 235° - [tuː; tə] - [mɪn] .

Sweet	Potatoes	(	candied	)	225°	-	235°	10	to	20	Min	.
甜的	土豆	(	腌	)	225°	-	235°	-	到	-	敏	.

红薯（蜜饯）225°-235° 10 至 20 分钟

['speʃ(ə)l] ['kʊkɪŋ] [ɑːpə'reɪʃnz] [siː] [də'rekʃ(ə)nz][ɒn] ['fɒləʊɪŋ] ['peɪdʒɪz]

SPECIAL	COOKING	OPERATIONS	See	directions	on	following	pages
特别的	烹饪	运营	看	方向	在	下列的	页面

特殊烹饪操作 请参阅后续页面的说明

[diːp] [fæt] ['fraɪɪŋ]

DEEP	FAT	FRYING
深的	胖的	煎炸

油炸

[ʃrɪmp] , ['ɔɪstə(r)z] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . 375° - 400° [ˌtuː'tuː][tuː; tə][sɪks][mɪn] .

Shrimp	,	Oysters	,	etc	.	375°	-	400°	2	to	6	Min	.
虾	,	牡蛎	,	ETC	.	375°	-	400°	2	到	6	敏	.

虾、牡蛎等。375°-400° 2 至 6 分钟。

['doʊnʌts] , ['frɪtəz] 375° - 400° [θriː][tuː; tə][sɪks][mɪn] .

Doughnuts	,	Fritters	375°	-	400°	3	to	6	Min	.
甜甜圈	,	油炸饼	375°	-	400°	3	到	6	敏	.

甜甜圈、油炸饼 375°-400° 3 至 6 分钟

['ʌnjən] [rɪŋz] 375° - 400° [sɪks][tuː; tə]['sɛvən][mɪn] .

Onion	Rings	375°	-	400°	6	to	7	Min	.
洋葱	戒指	375°	-	400°	6	到	7	敏	.

洋葱圈 375°-400° 6 至 7 分钟

[pə'teɪtəʊz] 375° - 400° [sɪks][tuː; tə] - [mɪn] .

Potatoes	375°	-	400°	6	to	10	Min	.
土豆	375°	-	400°	6	到	-	敏	.

土豆 375°-400° 6 至 10 分钟

[ˌmɪsə'leɪniəs]

MISCELLANEOUS
各种各样的

各种各样的

['meltɪŋ] ['tʃɒklət] , [tʃiːz] , ['bʌtə(r)] 175° ['sɛvən][tuː; tə][naɪn][mɪn] . , ['kʌvəd] ['met(ə)l][pæn]

Melting	Chocolate	,	Cheese	,	Butter	175°	7	to	9	Min	.	,	covered	metal	pan
融化	巧克力	,	奶酪	,	黄油	175°	7	到	9	敏	.	,	涵盖	金属	平底锅

融化巧克力、奶酪和黄油，175°F（约30°C），7至9分钟，盖上盖子的金属锅

['pɒpkɔːn] 375° [θriː][tuː; tə][sɪks][mɪn] .

Popcorn	**375°**	**3**	**to**	**6**	**Min**	**.**
爆米花	375°	3	到	6	敏	.

爆米花 375° 3 至 6 分钟

['preʃə(r)] ['kʊkɪŋ] ['fɒləʊ] [ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃənz]

Pressure	**Cooking**	**Follow**	**manufacturer's**	**instructions**
压力	烹饪	跟随	制造商的	指示

压力烹饪请遵循制造商的说明

225° - 235° [faɪv]['el biː] .

225°	**-**	**235°**	**5**	**lb**	**.**
225°	-	235°	5	磅	.

225°-235° 5磅

['preʃə(r)]

pressure
压力

压力

235° - 240° - ['el biː] .

235°	**-**	**240°**	**10**	**lb**	**.**
235°	-	240°	-	磅	.

235°-240° 10磅

['preʃə(r)]

pressure
压力

压力

240° - 250° - ['el biː] .

240°	**-**	**250°**	**15**	**lb**	**.**
240°	-	250°	-	磅	.

240°-250° 15磅

['preʃə(r)]

pressure
压力

压力

['wɔːmɪŋ]

WARMING
变暖

变暖

['beɪbi]['bɒt(ə)l] [ləʊ] [tuː; tə] 150° [ʌn'tɪl] [wɔːm]

Baby	**Bottle**	**Low**	**to**	**150°**	**Until**	**warm**
婴儿	瓶子	低的	到	150°	直到	温暖的

婴儿奶瓶温度降至 150°F 直至温热

['leftˌoʊvərz] 150° - 175° - [tuː; tə] - [mɪn] . , ['kʌvəd] [pæn]

Leftovers	**150°**	**-**	**175°**	**10**	**to**	**20**	**Min**	**.**	**,**	**covered**	**pan**
剩菜	150°	-	175°	-	到	-	敏	.	,	涵盖	平底锅

剩菜在150-175°F（约66-79°C）的温度下，盖上锅盖焖10到20分钟。

[rəʊlz] , [ræpt] [ɪn] [fɔɪl] [ɒn] [ræk] 250° - [tuː; tə] - [mɪn] . , ['kʌvəd] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][pæn]

Rolls	**,**	**wrapped**	**in**	**foil**	**on**	**rack**	**250°**	**15**	**to**	**20**	**Min**	**.**	**,**	**covered**	**aluminum**	**pan**
卷	,	包装	在	挫败	在	架子	250°	-	到	-	敏	.	,	涵盖	铝	平底锅

将面包卷用锡纸包裹，放在烤架上，250°烤15至20分钟，盖上铝箔烤盘。

[tuː; tə] [kən'vɜːt] [ə; eɪ] ['feɪvərɪt] ['resəpi] [tuː; tə] ['bɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn] ['kʊkɪŋ] — [ɪf] [ðə; ði]

To	**convert**	**a**	**favorite**	**recipe**	**to**	**Burner**	**-**	**with**	**-**	**a**	**-**	**Brain**	**cooking**	**—**	**if**	**the**
到	转变	一个	最喜欢的	食谱	到	刻录机	-	和	-	一个	-	脑	烹饪	—	如果	这

['resəpi] [sez] :

recipe	**says**	**:**
食谱	说道	:

要将你最喜欢的食谱转换成适合"炉灶高手"的烹饪方式——如果食谱中写道：

[wɔːm] [ɔː(r)] [melt] [juːz] 150° - 175° [ɔː(r)] [ləʊ]

Warm	**or**	**melt**	**use**	**150°**	**-**	**175°**	**or**	**Low**
温暖的	或者	熔化	使用	150°	-	175°	或者	低的

加热或融化时，温度为 150°-175° 或低温

['sɪmə(r)] [ɔː(r)] [ləʊ] [juːz] 175° - 200°

Simmer	**or**	**low**	**use**	**175°**	**-**	**200°**
煨	或者	低的	使用	175°	-	200°

用小火慢炖或低温烹饪，温度为 175°-200°

[bɔɪl] [juːz] 200° - 225°

Boil	**use**	**200°**	**-**	**225°**
熬	使用	200°	-	225°

煮沸后使用温度为200°-225°

[haɪ] [bɔɪl] [juːz] 225° - 250°

High	**boil**	**use**	**225°**	**-**	**250°**
高的	熬	使用	225°	-	250°

高温煮沸温度为225-250°

[fraɪ] [juːz] 250° - 375°

Fry	**use**	**250°**	**-**	**375°**
炒	使用	250°	-	375°

油炸温度为250°-375°

[diːp] [fæt] [fraɪ] [juːz] 375° - 400°17

Deep	**fat**	**fry**	**use**	**375°**	**-**	**400°17**
深的	胖的	炒	使用	375°	-	400°17

油炸温度为 375°-400°17

['resəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] " ['bɜːnə(r)] - [wɪð] - [ə; eɪ] - [breɪn]

RECIPES	**FOR**	**"**	**BURNER**	**-**	**WITH**	**-**	**A**	**-**	**BRAIN**
食谱	为了	"	刻录机	-	和	-	一个	-	脑

"脑子进水的火人"的食谱

" ['təʊstɪd] [paʊnd] [keɪk]

"	**TOASTED**	**POUND**	**CAKE**
"	烤过的	磅	蛋糕

烤磅蛋糕

[fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['sɪmp(ə)l] [bʌt; bət] [dɪ'lɪʃəs] [dɪ'zɜːt] , [təʊst] ['slaɪsɪz] [ɒv; əv] [paʊnd] [keɪk] .

For	**a**	**simple**	**but**	**delicious**	**dessert**	**,**	**toast**	**slices**	**of**	**pound**	**cake**	**.**
为了	一个	简单的	但	可口的	甜点	,	吐司	切片	的	磅	蛋糕	.

想要一份简单又美味的甜点，可以烤几片磅蛋糕。

[ˌpriː'hiːt] ['grɪdl] [ɒn] [ðə; ði] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] [æt; ət] - [dɪ'griːz] .

Preheat	**griddle**	**on**	**the**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**300**	**degrees**	**.**
预热	烤盘	在	这	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	.

将烤盘放在恒温炉灶上预热至 300 度。

[kʌt] ['slaɪsɪz] [ɒv; əv] [paʊnd] [keɪk] [wʌn] [ɪntʃ] [θɪk] ; ['bʌtə(r)] [bəuθ] [saɪdz] [ɔː(r)] [liːv] [pleɪn] ,

Cut	**slices**	**of**	**pound**	**cake**	**one**	**inch**	**thick**	**;**	**butter**	**both**	**sides**	**or**	**leave**	**plain**	**,**
切	切片	的	磅	蛋糕	一	英寸	厚的	;	黄油	两个都	侧面	或者	离开	清楚的	,

将磅蛋糕切成一英寸厚的片；两面都涂上黄油，或者保持原味。

[dɪˈpendɪŋ] [ɒn][jɔː(r); jə(r)]['fleɪvə(r)] ['prefrəns] .
depending **on** **your** **flavor** **preference** **.**
取决于 在 你的 味道 偏爱 .

根据个人口味喜好而定。

[wen] [fleɪm] ['ləuə] , [grɪl] [ɒn][hɒt] ['grɪdl] [fɔː(r); fə(r)][əˈbaʊt][θriː] ['mɪnɪts] [pə(r)][saɪd][ɔː(r)][ʌnˈtɪl]
When **flame** **lowers** **,** **grill** **on** **hot** **griddle** **for** **about** **3** **minutes** **per** **side** **or** **until**
什么时候 火焰 下 , 炙烤 在 热的 烤盘 为了 关于 3 分钟 每 边 或者 直到
['naɪsli] [braʊn] .
nicely **browned** **.**
很好 棕色 .

火焰减弱后，在热烤盘上每面烤约 3 分钟，或烤至金黄即可。

[sɜːv] [pleɪn][ɔː(r)] [tˈɒpt] [wɪð] [aɪs] [kriːm] [ænd; ənd] / [ɔː(r)] [sɔːs] .
Serve **plain** **or** **topped** **with** **ice** **cream** **and** **/** **or** **sauce** **.**
服务 清楚的 或者 顶峰 和 冰 奶油 和 / 或者 酱 .

可直接食用，也可搭配冰淇淋和/或酱料食用。

['wɔːmɪŋ] [rəʊlz]
WARMING **ROLLS**
变暖 卷

热卷

[ræp] [rəʊlz][ɔː(r)] ['mʌfɪn] [ɪn]['dʌb(ə)l] ['θɪknəs] [ɒv; əv][əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm][fɔɪl] , ['fəʊldɪŋ] ['edʒɪz]
Wrap **rolls** **or** **muffins** **in** **double** **thickness** **of** **aluminum** **foil** **,** **folding** **edges**
裹 卷 或者 松饼 在 双倍的 厚度 的 铝 挫败 , 折叠式的 边缘
['ʌndə(r)] ['taɪtli] .
under **tightly** **.**
在下面 紧紧 .

将面包卷或松饼用双层铝箔包裹，并将边缘紧紧折叠到里面。

[pleɪs] [fɔɪl] [ræpt] ['pækɪdʒ] [ɒn] [ræk] [ɔː(r)] ['krʌmpld] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm][fɔɪl][ɪn]
Place **foil** **wrapped** **package** **on** **rack** **or** **crumpled** **aluminum** **foil** **in**
地方 挫败 包装 包裹 在 架子 或者 皱巴巴的 铝 挫败 在
[əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm] ['skɪlɪt] [ɔː(r)] ['sɔːspən] [ɒn] [ˌθɜːməˈstætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪˈgriːz]
aluminum **skillet** **or** **saucepan** **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **250** **degrees**
铝 煎锅 或者 平底锅 在 恒温 顶部 刻录机 在 - 学位
[fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] ['hiːtɪd] [θruː] .
for **15** **to** **20** **minutes** **or** **until** **heated** **through** **.**
为了 - 到 - 分钟 或者 直到 加热 通过 .

将用锡纸包裹的包裹放在架子上，或者将揉皱的锡纸放在铝制煎锅或平底锅中，在恒温炉灶上以 250 度加热 15 到 20 分钟，或直至完全加热。

[hɑːd] [kʊkt] [egz]
HARD **COOKED** **EGGS**
难的 煮熟 鸡蛋

煮熟的鸡蛋

[egz]
Eggs
鸡蛋

鸡蛋

[wʌn][tiː biː es piː] . ['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [eg]
1 **Tbsp** **.** **water** **for** **EACH** **egg**
1 汤匙 . 水 为了 每个 蛋

每个鸡蛋需要1汤匙水

[pleɪs] [egz] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)][ɪn][pæn] .
Place **eggs** **and** **water** **in** **pan** **.**
地方 鸡蛋 和 水 在 平底锅 .

将鸡蛋和水放入锅中。

['kʌvə(r)] [wɪð] [taɪt] ['fɪtɪŋ] [lɪd] .
Cover **with** **tight** **fitting** **lid** **.**
覆盖 和 紧的 配件 盖 .

盖上严实的盖子。

[kʊk] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Cook **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **200** **degrees** **for** **20** **minutes** **.**
厨师 在 恒温 顶部 刻录机 在 - 学位 为了 - 分钟 .

在恒温炉灶上以 200 度烹饪 20 分钟。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [fleɪm] , [pɔː(r)] [ɒf] [hɒt]['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [ɪ'miːdiətli] [kuːl] [wɪð] [kəʊld]['wɔːtə(r)] .
Remove **from** **flame** **,** **pour** **off** **hot** **water** **and** **immediately** **cool** **with** **cold** **water** **.**
消除 从 火焰 , 倒 离开 热的 水 和 立即地 凉爽的 和 寒冷的 水 .

离火后，倒掉热水，立即用冷水冷却。

[piːl] [ɪ'miːdiətli] [ɔː(r)] [rɪ'frɪdʒəreɪt] , ['piːlɪŋ] ['leɪtə(r)] .
Peel **immediately** **or** **refrigerate** **,** **peeling** **later** **.**
果皮 立即地 或者 冷藏 , 剥落 之后 .

立即剥皮或冷藏后再剥皮。

[ðɪs] ['meθəd] [ɒv; əv][ˌprepə'reɪʃ(ə)n] [ɪ'lɪmɪˌneɪts] [pɒt] ['wɒtʃɪŋ] , [krækt] [egz] [ænd; ənd] [dɑːk] [rɪŋ]
This **method** **of** **preparation** **eliminates** **pot** **watching** **,** **cracked** **eggs** **and** **dark** **ring**
这 方法 的 准备 消除 锅 观看 , 裂纹 鸡蛋 和 黑暗的 戒指
[ə'raʊnd] [jəʊk] .
around **yolks** **.**
大约 蛋黄 .

这种制备方法可以避免盯着锅看、鸡蛋破裂和蛋黄周围出现黑圈。

“ [pæn] [beɪkt] ” ['æplz]
“ **PAN** **BAKED** **”** **APPLES**
“ 平底锅 烘焙 ” 苹果

“平底锅烤”苹果

[wɒʃ] [ænd; ənd][kɔː(r)][sɪks] ['beɪkɪŋ] ['æplz] .
Wash **and** **core** **6** **baking** **apples** **.**
洗 和 核 6 烘烤 苹果 .

将6个烘焙苹果洗净去核。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [dæʃ] [ɒv; əv] ['sɪnəmən] , [wʌn][tiː biː es piː] . ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][ə; eɪ][dɒt][ɒv; əv]['bʌtə(r)]
Add **a** **dash** **of** **cinnamon** **,** **one** **Tbsp** **.** **sugar** **and** **a** **dot** **of** **butter**
添加 一个 短跑 的 肉桂 , 一 汤匙 . 糖 和 一个 点 的 黄油
[tuː; tə] [iːtʃ] ['æp(ə)l] .
to **each** **apple** **.**
到 每个 苹果 .

在每个苹果上加入少许肉桂粉、一汤匙糖和一小块黄油。

[pleɪs] ['æplz] [ɪn] ['skɪlɪt] [ɔː(r)] ['sɔːspən] .
Place **apples** **in** **skillet** **or** **saucepan** **.**
地方 苹果 在 煎锅 或者 平底锅 .

将苹果放入煎锅或平底锅中。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn][tiː biː es piː] .
Add **one** **Tbsp** **.**
添加 一 汤匙 .

加入一汤匙。

['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] ['æp(ə)l][tuː; tə][biː; bi] [kʊkt] .
water **for** **each** **apple** **to** **be** **cooked** **.**
水 为了 每个 苹果 到 是 煮熟 .

每个苹果需要加水煮熟。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] -
Cover **and** **cook** **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **212** **degrees** **for** **15** **to** **20**
覆盖 和 厨师 在 恒温 顶部 刻录机 在 - 学位 为了 - 到 -
['mɪnɪts] .
minutes **.**
分钟 .

盖上锅盖，用恒温炉灶以 212 度烹煮 15 至 20 分钟。

[spuːn] [sɔːs] [ɪn] ['bɒtəm] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] ['əʊvə(r)] [iːtʃ] ['æp(ə)l][bɪ'fɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] .
Spoon **sauce** **in** **bottom** **of** **skillet** **over** **each** **apple** **before** **serving** **.**
勺子 酱 在 底部 的 煎锅 超过 每个 苹果 前 服务 .

上菜前，将平底锅底部的酱汁淋在每个苹果上。

“ [pæn] [beɪkt] ” [pə'teɪtəʊz]
“ **PAN** **BAKED** **”** **POTATOES**
“ 平底锅 烘焙 ” 土豆

“平底锅烤”土豆

[pleɪs] ['skrʌbɪd] [pə'teɪtəʊz][ɒn][ə; eɪ] [ræk] [ɔː(r)][ɒn] ['krʌmpld] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][fɔɪl][ɪn]
Place **scrubbed** **potatoes** **on** **a** **rack** **or** **on** **crumpled** **aluminum** **foil** **in**
地方 擦洗过 土豆 在 一个 架子 或者 在 皱巴巴的 铝 挫败 在
[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] ['skɪlɪt] [ɔː(r)] ['sɔːspən] .
aluminum **skillet** **or** **saucepan** **.**
铝 煎锅 或者 平底锅 .

将洗净的土豆放在架子上，或者放在铝制煎锅或平底锅里的揉皱的铝箔纸上。

[duː; də][nɒt][ˌeɪ diː 'diː]['wɔːtə(r)][ɔː(r)] [ræp] [pə'teɪtəʊz][ɪn][fɔɪl] .
Do **not** **add** **water** **or** **wrap** **potatoes** **in** **foil** **.**
做 不是 添加 水 或者 裹 土豆 在 挫败 .

不要加水，也不要用锡纸包裹土豆。

['kʌvə(r)] ['skɪlɪt] [ɔː(r)] ['sɔːspən] [ænd; ənd] [beɪk] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] [ʌn'tɪl]
Cover **skillet** **or** **saucepan** **and** **bake** **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **375** **degrees** **until**
覆盖 煎锅 或者 平底锅 和 烤 在 恒温 顶部 刻录机 在 - 学位 直到
[dʌn] ,
done **,**
完毕 ,

盖上煎锅或平底锅的盖子，放在恒温炉灶上，以 375 度烘烤至熟透。

[ə'baʊt][wʌn][tuː; tə] 1½ ['aʊəz] .
about **1** **to** **1½** **hours** **.**
关于 1 到 1½ 小时 .

大约1到1.5小时。

“ ['bʌtə(r)] [bɔɪl] ” ['frəʊz(ə)n] ['vedʒtəb(ə)l]
“ **BUTTER** **BOIL** **”** **FROZEN** **VEGETABLE**
“ 黄油 熬 ” 冷冻 蔬菜

“黄油煮”冷冻蔬菜

[breɪk] [ʌp]['frəʊz(ə)n]['vedʒtəb(ə)l][baɪ] ['paʊndɪŋ] ['pækɪdʒ] [ə'genst] [edʒ] [ɒv; əv]['kaʊntə(r)] .
Break **up** **frozen** **vegetable** **by** **pounding** **package** **against** **edge** **of** **counter** **.**
休息 向上 冷冻 蔬菜 经过 猛击 包裹 反对 边缘 的 柜台 .

将冷冻蔬菜包装袋在台面边缘敲击，使其碎裂。

[pleɪs] ['vedʒtəb(ə)l][ɪn] ['sɔːspən] [wɪð] [ˌtuː'tuː][tuː; tə][θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)][ænd; ənd] ½ ['tiːspuːn]
Place **vegetable** **in** **saucepan** **with** **2** **to** **3** **tablespoons** **butter** **and** **½** **teaspoon**
地方 蔬菜 在 平底锅 和 2 到 3 汤匙 黄油 和 ½ 茶匙
[sɔːlt] .
salt **.**
盐 .

将蔬菜放入平底锅中，加入 2 至 3 汤匙黄油和 ½ 茶匙盐。

[fɔː(r); fə(r)] ['stɑːtʃi] ['vedʒtəb(ə)lz] [laɪk] ['liːmə] [biːnz] [ænd; ənd] [kɔːn] , [wʌn] [ɔː(r)] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv]

For	starchy	vegetables	like	lima	beans	and	corn	,	1	or	2	tablespoons	of
为了	淀粉	蔬菜	喜欢	利马	豆子	和	玉米	,	1	或者	2	汤匙	的

['wɔːtə(r)] [meɪ] [biː; bi] ['niːdɪd] .

water	may	be	needed	.
水	可能	是	需要	.

对于像利马豆和玉米这样的淀粉类蔬菜，可能需要 1 或 2 汤匙水。

[kʊk] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] [æt; ət] - [dɪ'griːz] .

Cook	on	thermostatic	top	burner	at	210	degrees	.
厨师	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	.

在恒温炉灶上以 210 度烹饪。

[kʊk] [taɪm] ['ɪndəˌkeɪtɪd] [ɒn] ['pækɪdʒ] [plʌs] [faɪv] ['mɪnɪts] .

Cook	time	indicated	on	package	plus	5	minutes	.
厨师	时间	表明的	在	包裹	加	5	分钟	.

包装上标明的烹饪时间再加上5分钟。

[nəʊt] : [tuː; tə] [prɪ'vent] ['breɪkɪŋ] [spiə] [ɒv; əv] [ə'spærəgəs] [ænd; ənd] ['brɒkəli] , [θɔː] [dʒʌst] [ɪ'nʌf]

NOTE	:	To	prevent	breaking	spears	of	asparagus	and	broccoli	,	thaw	just	enough
笔记	:	到	防止	打破	长矛	的	芦笋	和	西兰花	,	解冻	只是	足够的

[tuː; tə] [breɪk] [ə'pɑːt] . -

to	break	apart	.	18
到	休息	除	.	-

注意：为防止芦笋和西兰花茎秆折断，只需解冻到可以轻松掰开的程度即可。18

['flʌfi] [raɪs]

FLUFFY	RICE
蓬松的	米

蓬松米饭

[fɔː(r); fə(r)] [θriː] [kʌps] [ɒv; əv] [kʊkt] [waɪt] [raɪs] , [pleɪs] [wʌn] [kʌp] [ˌʌn'kʊkt] [raɪs] ,

For	3	cups	of	cooked	white	rice	,	place	1	cup	uncooked	rice	,
为了	3	杯子	的	煮熟	白色的	米	,	地方	1	杯子	生	米	,

要煮出3杯熟白米饭，需要放入1杯生米。

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] [ɪn] [ˌtuː'tuː] - [ˌkjuː 'tiː] . ['sɔːspən] .

2	cups	water	and	1	teaspoon	salt	in	2	-	qt	.	saucepan	.
2	杯子	水	和	1	茶匙	盐	在	2	-	qt	.	平底锅	.

在 2 夸脱的平底锅中加入 2 杯水和 1 茶匙盐。

[pleɪs] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] [æt; ət] - [dɪ'griːz] .

Place	on	thermostatic	top	burner	at	225	degrees	.
地方	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	.

放在恒温炉灶上，温度设置为 225 度。

[brɪŋ] [tuː; tə] [ə; eɪ] [bɔɪl] , [ðen] ['kʌvə(r)] [pæn] , ['ləʊə(r)] ['temprətʃə(r)] ['setɪŋ] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] ,

Bring	to	a	boil	,	then	cover	pan	,	lower	temperature	setting	to	190	degrees	,
带来	到	一个	熬	,	然后	覆盖	平底锅	,	降低	温度	环境	到	-	学位	,

将水烧开，然后盖上锅盖，将温度调至190度。

[ænd; ənd] ['sɪmə(r)] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['wɔːtə(r)] [ɪz] [əb'zɔːbd] [ænd; ənd] [raɪs] [ɪz] ['tendə(r)] .

and	simmer	about	15	minutes	or	until	water	is	absorbed	and	rice	is	tender	.
和	煨	关于	-	分钟	或者	直到	水	是	吸收	和	米	是	投标	.

小火慢炖约 15 分钟，或直至水分被吸收且米饭变软。

[fɔː(r); fə(r)] ['ekstrə] ['flʌfi] [raɪs] , [tɜːn] ['bɜːnə(r)] [ɒf] [ænd; ənd] [let] [raɪs] [stænd] , ['kʌvəd] [fɔː(r); fə(r)] -

For	extra	fluffy	rice	,	turn	burner	off	and	let	rice	stand	,	covered	for	10
为了	额外的	蓬松的	米	,	转动	刻录机	离开	和	让	米	站立	,	涵盖	为了	-

['mɪnɪts] [mɔː(r)] .

minutes	more	.
分钟	更多的	.

想要米饭更蓬松，关火后盖上盖子，让米饭再焖10分钟。

[braʊn] [ænd; ənd] [waɪld] [raɪs] [ɑː(r); ə(r)] [best] [kʊkt] [ðɪs] [weɪ] ['ɔːlsəʊ] ,

Brown	**and**	**wild**	**rice**	**are**	**best**	**cooked**	**this**	**way**	**also**	**,**
棕色的	和	荒野	米	是	最好的	煮熟	这	方式	还	,

糙米和野米也最适合用这种方法烹饪。

[bʌt; bət] ['kʊkɪŋ] [taɪm] [wɪl] [biː; bi] [mʌtʃ] [lɒŋgə(r)] — [ə'baʊt] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] ['təʊt(ə)l] ['kʊkɪŋ] [taɪm] .

but	**cooking**	**time**	**will**	**be**	**much**	**longer**	**—**	**about**	**35**	**to**	**45**	**minutes**	**total**	**cooking**	**time**	**.**
但	烹饪	时间	将要	是	很多	更长	—	关于	-	到	-	分钟	全部的	烹饪	时间	.

但烹饪时间会更长——总共大约需要 35 到 45 分钟。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

从我的厨房到你的厨房(To Your Kitchen From Mine)
第2/4页

['ɔ:lsəʊ] , [ˌeɪ di: 'di:] [ə'baʊt] ½ [kʌp] [mɔ:(r)] ['wɔ:tə(r)] .

Also	**,**	**add**	**about**	**½**	**cup**	**more**	**water**	**.**
还	,	添加	关于	½	杯子	更多的	水	.

另外，再加入约半杯水。

['pɒpkɔ:n]

POPCORN
爆米花

爆米花

[pleɪs] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ɒv; əv] [ɔɪl] [ænd; ənd] ½ [kʌp] ['pɒpkɔ:n] [ɪn] - - [ɪntʃ] [ə'lu:mɪnəm; ə'lu:mənəm]

Place	**2**	**tablespoons**	**of**	**oil**	**and**	**½**	**cup**	**popcorn**	**in**	**10**	**-**	**inch**	**aluminum**
地方	2	汤匙	的	油	和	½	杯子	爆米花	在	-	-	英寸	铝

['skɪlɪt] [ɔ:(r)] ['sɔ:spən] .

skillet	**or**	**saucepan**	**.**
煎锅	或者	平底锅	.

在10英寸的铝制煎锅或平底锅中放入2汤匙油和½杯爆米花。

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɒn] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [tɒp] ['bɜ:nə(r)] [æt; ət] - [dɪ'gri:z] .

Cover	**tightly**	**and**	**place**	**on**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**375**	**degrees**	**.**
覆盖	紧紧	和	地方	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	.

盖紧盖子，放在恒温炉灶上，温度调至 375 度。

[hi:t] [ʌn'tɪl] ['pɒpɪŋ] [stɒps] , [ə'baʊt] [θri:] ['mɪnɪts] .

Heat	**until**	**popping**	**stops**	**,**	**about**	**3**	**minutes**	**.**
热	直到	爆米花	停止	,	关于	3	分钟	.

加热至不再爆裂，大约 3 分钟。

[nəʊ] [ni:d] [tu:; tə] [ʃeɪk] [ðə; ði] [pæn] .

No	**need**	**to**	**shake**	**the**	**pan**	**.**
不	需要	到	摇	这	平底锅	.

无需摇晃平底锅。

[pɔ:(r)] ['ɪntu:] ['sɜ:vɪŋ] [bəʊl] [ænd; ənd] [tɒs] [wɪð] ['meltɪd] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [sɔ:lt] .

Pour	**into**	**serving**	**bowl**	**and**	**toss**	**with**	**melted**	**butter**	**and**	**salt**	**.**
倒	进入	服务	碗	和	折腾	和	融化	黄油	和	盐	.

倒入上菜碗中，加入融化的黄油和盐拌匀。

[tu:; tə] [ju:z] ['preʃə(r)] ['sɔ:spən]

TO	**USE**	**PRESSURE**	**SAUCEPANS**
到	使用	压力	平底锅

使用压力锅

['preʃə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪz] [ɪk'stri:mli] ['i:zi] [wɪð] [ə; eɪ] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [tɒp] ['bɜ:nə(r)] .

Pressure	**cooking**	**is**	**extremely**	**easy**	**with**	**a**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**.**
压力	烹饪	是	极其	简单的	和	一个	恒温	顶部	刻录机	.

使用恒温式燃气灶进行压力烹饪非常简单。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['temprətʃər] [meɪ] [bi:; bi] [ju:st] [æz; əz] [ə; eɪ] [gaɪd] : 240° [tu:; tə] 250° [fɔ:(r); fə(r)] -

The	**following**	**temperatures**	**may**	**be**	**used**	**as**	**a**	**guide**	**:**	**240°**	**to**	**250°**	**for**	**15**
这	下列的	温度	可能	是	用过的	作为	一个	指导	:	240°	到	250°	为了	-

[paʊndz] ['preʃə(r)] ,

pounds	**pressure**	**,**
磅	压力	,

以下温度可作为参考：15磅压力下为240°至250°。

235° [tuː; tə] 240° [fɔː(r); fə(r)] - [paʊndz] , [ænd; ənd] 225° [tuː; tə] 235° [fɔː(r); fə(r)][faɪv] [paʊndz] .

235°	to	240°	for	10	pounds	,	and	225°	to	235°	for	5	pounds	.
235°	到	240°	为了	-	磅	,	和	225°	到	235°	为了	5	磅	.

10磅的重量为235°至240°，5磅的重量为225°至235°。

[juːz] ['miːdiəm] [fleɪm] [ɪf] [ðə; ði] ['preʃə(r)] ['sɔːspən] [ɪz][pv; əv][nɒn] - [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][mə'tɪəriəl] .

Use	medium	flame	if	the	pressure	saucepan	is	of	non	-	aluminum	material	.
使用	中等的	火焰	如果	这	压力	平底锅	是	的	非	-	铝	材料	.

如果压力锅不是铝制的，请使用中火。

[reɪz] [ɔː(r)]['ləʊə(r)][ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɪf] ['niːdɪd] [tuː; tə] [meɪn'teɪn] [ðə; ði] [kə'rekt] ['preʃə(r)] ; [wʌns]

Raise	or	lower	the	temperature	if	needed	to	maintain	the	correct	pressure	;	once
增加	或者	降低	这	温度	如果	需要	到	维持	这	正确的	压力	;	一次

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dɪ'tɜːmɪnd] ,

it	is	determined	,
它	是	决定	,

必要时升高或降低温度以维持正确的压力；一旦确定了合适的压力，

['rekɔːd; rɪ'kɔːd][ˌaɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)]['fjuːtʃə(r)][juːz] .

record	it	for	future	use	.
记录	它	为了	未来	使用	.

记下来以备将来使用。

[taɪm] ['preʃə(r)] ['kʊkɪŋ] [frɒm; frəm][ðə; ði][taɪm][ðə; ði][dɪ'zaɪəd] ['preʃə(r)] [ɪz] [riːtʃt] .

Time	pressure	cooking	from	the	time	the	desired	pressure	is	reached	.
时间	压力	烹饪	从	这	时间	这	想要的	压力	是	达到	.

从达到所需压力开始计时进行压力烹饪。

[diːp] [fæt] ['fraɪɪŋ]

DEEP	FAT	FRYING
深的	胖的	煎炸

油炸

['ækjərət] [tɒp]['bɜːnə(r)] ['temprətʃə(r)] [kən'trəʊl] [meɪks] [diːp] [fæt] ['fraɪɪŋ] [dʒʌst][æz; əz] ['iːzi] [æz; əz]

Accurate	top	burner	temperature	control	makes	deep	fat	frying	just	as	easy	as
准确的	顶部	刻录机	温度	控制	制作	深的	胖的	煎炸	只是	作为	简单的	作为

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .

boiling	water	.
沸腾	水	.

精准的顶部炉灶温度控制，让油炸就像烧水一样简单。

[juːz][ə; eɪ] [diːp] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] ['skɪlɪt] [ɔː(r)] [frentʃ] ['fraɪə(r)][səʊ][ɔɪl] [wɪl] ['əʊnli][hɑːf] [fɪl] [ˌaɪ 'tiː]

Use	a	deep	aluminum	skillet	or	French	fryer	so	oil	will	only	half	fill	it
使用	一个	深的	铝	煎锅	或者	法语	油炸锅	所以	油	将要	仅有的	一半	充满	它

[ænd; ənd] [kəm'pliːtli] ['kʌvə(r)] [fuːd] .

and	completely	cover	food	.
和	完全地	覆盖	食物	.

使用深铝制煎锅或炸锅，使油只占锅的一半，并完全覆盖食物。

[ˌpriː'hiːt] [ɔɪl][æt; ət] [ˌrekə'mendɪd] ['temprətʃə(r)] (['juːʒuəli; 'juːʒəli] - [tuː; tə] - [dɪ'griːz]) [ʌn'tɪl]

Preheat	oil	at	recommended	temperature	(	usually	375	to	400	degrees	)	until
预热	油	在	受到推崇的	温度	(	通常	-	到	-	学位	)	直到

[fleɪm] ['ləuə] , [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .

flame	lowers	,	about	10	minutes	.
火焰	下	,	关于	-	分钟	.

将油预热至推荐温度（通常为 375 至 400 度），直至火焰减弱，大约 10 分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] [fuːd] [ɪn] [smɔːl] [ə'maʊnts] , [kʊk] [ʌn'tɪl] [braʊn] , ['tɜːnɪŋ] [wʌns] .

Add	food	in	small	amounts	,	cook	until	brown	,	turning	once	.
添加	食物	在	小的	金额	,	厨师	直到	棕色的	,	转弯	一次	.

分次少量加入食材，煮至棕色，翻面一次。

[rɪˈmuːv] [ænd; ənd] [dreɪn] [ɒn] [əbˈzɔːbənt; əbˈsɔːbənt] [ˈpeɪpə(r)] .

Remove	**and**	**drain**	**on**	**absorbent**	**paper**	**.**
消除	和	流走	在	吸收剂	纸	.

取出后放在吸水纸上沥干水分。

[pæn] [ˈbrɔɪlɪŋ]

PAN	**BROILING**
平底锅	烤制

平底锅烤制

[set] [ˌθɜːməˈstætɪk] [tɒp] [ˈbɜːnə(r)] [æt; ət] - [tuː; tə] - [dɪˈgriːz] [dɪˈpendɪŋ] [ɒn] [kaɪnd] [ɒv; əv] [miːt]

Set	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**275**	**to**	**350**	**degrees**	**depending**	**on**	**kind**	**of**	**meat**
放	恒温	顶部	刻录机	在	-	到	-	学位	取决于	在	种类	的	肉

[ænd; ənd] [ˈθɪknəs] .

and	**thickness**	**.**
和	厚度	.

根据肉的种类和厚度，将恒温炉灶温度设定在 275 至 350 度之间。

[ˌpriːˈhiːt] [ðə; ði] [ˈgrɪdl] [ɔː(r)] [ˈskɪlɪt] [ʌnˈtɪl] [ðə; ði] [fleɪm] [ɹɪdjˈuːsɪz] .

Preheat	**the**	**griddle**	**or**	**skillet**	**until**	**the**	**flame**	**reduces**	**.**
预热	这	烤盘	或者	煎锅	直到	这	火焰	减少	.

将烤盘或煎锅预热至火焰减弱。

[rʌb] [pæn] [ˈlaɪtli] [wɪð] [ə; eɪ] [bɪt] [ɒv; əv] [miːt] [fæt] .

Rub	**pan**	**lightly**	**with**	**a**	**bit**	**of**	**meat**	**fat**	**.**
擦	平底锅	轻轻	和	一个	少量	的	肉	胖的	.

在平底锅上轻轻涂抹少许肉油。

[braʊn] [miːt] [ɒn] [bəuθ] [saɪdz] .

Brown	**meat**	**on**	**both**	**sides**	**.**
棕色的	肉	在	两个都	侧面	.

两面都煎至棕色。

[duː; də] [nɒt] [ˈkʌvə(r)] .

Do	**not**	**cover**	**.**
做	不是	覆盖	.

不要遮盖。

[duː; də] [nɒt] [ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈwɔːtə(r)] .

Do	**not**	**add**	**water**	**.**
做	不是	添加	水	.

不要加水。

[pɔː(r)] [ɒf] [fæt] [æz; əz] [ˌaɪ ˈtiː] [əˈkjuːmjuleit] [ɪn] [pæn] .

Pour	**off**	**fat**	**as**	**it**	**accumulates**	**in**	**pan**	**.**
倒	离开	胖的	作为	它	积累	在	平底锅	.

将锅中积聚的油脂倒掉。

[tɜːn] [miːt] [əˈkeɪʒnəli] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː] [kʊks] [ˈiːvnli] .

Turn	**meat**	**occasionally**	**so**	**that**	**it**	**cooks**	**evenly**	**.**
转动	肉	偶尔	所以	那	它	厨师	均匀地	.

偶尔翻动一下肉，使其均匀受热。

[ˈsiːz(ə)n] [ænd; ənd] [sɜːv] .

Season	**and**	**serve**	**.**
季节	和	服务	.

调味后即可食用。

[hæm] [ˈskɪlɪt] [ˈdɪnə(r)]

HAM	**SKILLET**	**DINNER**
火腿	煎锅	晚餐

火腿煎锅晚餐

[wʌn][hæm][slaɪs] , ½ - [ɪntʃ] [θɪk]
1 ham slice , ½ - inch thick
1 火腿 片 , ½ - 英寸 厚的

片厚约 1/2 英寸的火腿片

[wʌn][tiː es piː] .
1 tsp .
1 茶匙 .

茶匙

['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]
butter or margarine
黄油 或者 人造黄油

黄油或人造黄油

[eit] [smɔːl] [pə'teɪtəʊz]
8 small potatoes
8 小的 土豆

8个小土豆

[wʌn][ˌpiː'keɪdʒiː] .
1 pkg .
1 包装 .

包

(- - [ˌəʊ 'zed]) ['frəʊz(ə)n] [griːn] [biːnz]
(10 - oz) frozen green beans
(- - 盎司) 冷冻 绿色的 豆子

（10盎司）冷冻青豆

½ [siː] . [tʃɒpt] ['ʌnjən]
½ C . chopped onion
½ C . 切碎 洋葱

半杯切碎的洋葱

½ [tiː es piː] .
½ tsp .
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[dæʃ] ['pepə(r)]
Dash pepper
短跑 胡椒

达什辣椒

½ [siː] . ['wɔːtə(r)]
½ C . water
½ C . 水

半杯水

[braʊn] [hæm][slaɪs][ɒn][bəuθ][saɪdz][ɪn]['bʌtə(r)][ɪn][lɑːdʒ] ['skɪlɪt] .
Brown ham slice on both sides in butter in large skillet .
棕色的 火腿 片 在 两个都 侧面 在 黄油 在 大的 煎锅 .

在大煎锅中用黄油将火腿片两面煎至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː][pə'teɪtəʊz] , [griːn] [biːnz] , ['ʌnjən] , [sɔːlt] , ['pepə(r)][ænd; ənd]['wɔːtə(r)] .
Add potatoes , green beans , onion , salt , pepper and water .
添加 土豆 , 绿色的 豆子 , 洋葱 , 盐 , 胡椒 和 水 .

加入土豆、青豆、洋葱、盐、胡椒粉和水。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [pleɪs] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Cover	**and**	**place**	**on**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**215**	**degrees**	**for**	**30**	**minutes**	**.**
覆盖	和	地方	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	为了	-	分钟	.

盖上盖子，放在恒温炉灶上，以 215 度烤 30 分钟。

[meɪks] [fɔːr] [sˈɜːvɪŋz] . -

Makes	**4**	**servings**	**.**	**19**
制作	4	份量	.	-

可供4人食用。19

['æpəlˌsɔːs] ['ʌpsaɪd] - [daʊn] [keɪk]

APPLESAUCE	**UPSIDE**	**-**	**DOWN**	**CAKE**
苹果酱	上行	-	向下	蛋糕

苹果酱倒置蛋糕

½ [ˌpiːˈkeɪˈdʒiː] .

½	**pkg**	**.**
½	包装	.

半包

['æpəlˌsɔːs] [spaɪs] [keɪk] [mɪks] ([plʌs] [ɪn'griːdiənts] ['nesəsəri] [tuː; tə][prɪ'peə(r)] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə]

applesauce	**spice**	**cake**	**mix**	**(**	**plus**	**ingredients**	**necessary**	**to**	**prepare**	**according**	**to**
苹果酱	香料	蛋糕	混合	(	加	原料	必要的	到	准备	根据	到

[də'rekʃ(ə)nz][ɒn][ˌpiːˈkeɪˈdʒiː] .)

directions	**on**	**pkg**	**.**	**)**
方向	在	包装	.	)

苹果酱香料蛋糕粉（以及按照包装上的说明制作所需的其他配料）

[sɪks][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]

6	**Tbsp**	**.**	**butter**	**or**	**margarine**
6	汤匙	.	黄油	或者	人造黄油

6 汤匙黄油或人造黄油

¾ [siː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

¾	**C**	**.**	**brown**	**sugar**	**,**	**packed**
¾	C	.	棕色的	糖	,	包装

¾ 杯红糖（压实）

[wʌn][siː] . [kænd] ['æp(ə)l]['slaɪsɪz] , [dreɪnd]

1	**C**	**.**	**canned**	**apple**	**slices**	**,**	**drained**
1	C	.	罐装	苹果	切片	,	排水

1 杯罐装苹果片，沥干水分

¼ [siː] . [ˌmærəˈʃiːnəʊ; ˌmærəˈskiːnəʊ] ['tʃeriz]

¼	**C**	**.**	**maraschino**	**cherries**
¼	C	.	樱桃酒	樱桃

¼ 杯马拉斯奇诺樱桃

[prɪ'peə(r)] [keɪk] [mɪks] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][də'rekʃ(ə)nz][ɒn] ['pækɪdʒ] .

Prepare	**cake**	**mix**	**according**	**to**	**directions**	**on**	**package**	**.**
准备	蛋糕	混合	根据	到	方向	在	包裹	.

按照包装上的说明准备蛋糕糊。

[kəm'baɪn] ['bʌtə(r)][ænd; ənd] [braʊn] ['ʃʊgə(r)][ɪn] - - [ɪntʃ] ['skɪlɪt] ; [hiːt] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [melt] [ænd; ənd]

Combine	**butter**	**and**	**brown**	**sugar**	**in**	**10**	**-**	**inch**	**skillet**	**;**	**heat**	**enough**	**to**	**melt**	**and**
结合	黄油	和	棕色的	糖	在	-	-	英寸	煎锅	;	热	足够的	到	熔化	和

[blend] [tə'geðə(r)] .

blend	**together**	**.**
混合	一起	.

将黄油和红糖放入 10 英寸的煎锅中；加热至融化并混合均匀。

[əˈreɪndʒ] [ˈæp(ə)l][ˈslaɪsɪz][ænd; ənd][ˌmærəˈʃiːnəʊ; ˌmærəˈskiːnəʊ] [ˈtʃeriz] [ɒn][ˈʃʊgə(r)][ˈmɪkstʃə(r)] .

Arrange	**apple**	**slices**	**and**	**maraschino**	**cherries**	**on**	**sugar**	**mixture**	**.**
安排	苹果	切片	和	樱桃酒	樱桃	在	糖	混合物	.

将苹果片和糖渍樱桃摆放在糖混合物上。

[spred] [keɪk] [ˈbætə(r)][ˈəʊvə(r)] [fruːt] .

Spread	**cake**	**batter**	**over**	**fruit**	**.**
传播	蛋糕	连击	超过	水果	.

将蛋糕糊涂抹在水果上。

[ˈkʌvə(r)] [ˈskɪlɪt] .

Cover	**skillet**	**.**
覆盖	煎锅	.

盖上煎锅。

[kʊk] [ɒn] [ˌθɜːməˈstætɪk] [tɒp][ˈbɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] .

Cook	**on**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**250**	**degrees**	**for**	**25**	**minutes**	**.**
厨师	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	为了	-	分钟	.

在恒温炉灶上以 250 度烹饪 25 分钟。

[ʌnˈkʌvə(r)] ; [əˈlaʊ] [tuː; tə] [kʊk] [faɪv] [ˈmɪnɪts] [lɒŋgə(r)] .

Uncover	**;**	**allow**	**to**	**cook**	**5**	**minutes**	**longer**	**.**
揭露	;	允许	到	厨师	5	分钟	更长	.

揭开盖子，再煮5分钟。

[kuːl] [ˌtuːˈtuː][tuː; tə][θriː] [ˈmɪnɪts] .

Cool	**2**	**to**	**3**	**minutes**	**.**
凉爽的	2	到	3	分钟	.

冷却2至3分钟。

[ˈluːs(ə)n] [saɪdz] [ænd; ənd] [ɪnˈvɜːt] [ɒn][ˈplætə(r)] , [əˈlaʊɪŋ] [pæn][tuː; tə] [rɪˈmeɪn] [ɪn][pəˈzɪʃ(ə)n][fɔː(r); fə(r)][wʌn] [ˈmɪnɪt] .

Loosen	**sides**	**and**	**invert**	**on**	**platter**	**,**	**allowing**	**pan**	**to**	**remain**	**in**	**position**	**for**	**1**	**minute**	**.**
松开	侧面	和	倒置	在	拼盘	,	允许	平底锅	到	保持	在	位置	为了	1	分钟	.

将锅边松开，倒扣在盘子上，让锅保持原位 1 分钟。

[rɪˈmuːv] [pæn][ænd; ənd] [sɜːv] .

Remove	**pan**	**and**	**serve**	**.**
消除	平底锅	和	服务	.

将锅取出，即可上菜。

[meɪks] [sɪks][tuː; tə][eit] [sˈɜːvɪŋz] .

Makes	**6**	**to**	**8**	**servings**	**.**
制作	6	到	8	份量	.

可供 6 至 8 人食用。

[tɒp] [ˈbɜːnə(r)] [tʃiːz] [keɪk]

TOP	**BURNER**	**CHEESE**	**CAKE**
顶部	刻录机	奶酪	蛋糕

顶级燃脂芝士蛋糕

[ˌtuːˈtuː][siː] . [ˈgreɪəm] [ˈkrækə(r)] [krʌmz]

2	**C**	**.**	**graham**	**cracker**	**crumbs**
2	C	.	格雷厄姆	饼干	面包屑

杯全麦饼干碎

¼ [tiː es piː] .

¼	**tsp**	**.**
¼	茶匙	.

¼ 茶匙

['sɪnəmən]
cinnamon
肉桂

肉桂

¼ [siː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn] , ['sɔfənd]
¼ C . butter or margarine , softened
¼ C . 黄油 或者 人造黄油 , 软化

¼ 杯软化的黄油或人造黄油

[ˌtuː'tuː][eit] - [ˌəʊ 'zed] . [ˌpiː'keɪ'dʒiː] .
2 8 - oz . pkg .
2 8 - 盎司 . 包装 .

包 8 盎司装

[kriːm] [tʃiːz]
cream cheese
奶油 奶酪

奶油奶酪

[wʌn][siː] . ['kɒfi] [kriːm]
1 C . coffee cream
1 C . 咖啡 奶油

杯咖啡奶油

[wʌn][siː] . ['ʃʊgə(r)]
1 C . sugar
1 C . 糖

杯糖

[ˌtuː'tuː][tiː biː es piː] .
2 Tbsp .
2 汤匙 .

汤匙

[ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]
all - purpose flour
全部 - 目的 面粉

通用面粉

½ [tiː es piː] .
½ tsp .
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[θriː] [egz] , ['sepəreɪtɪd]
3 eggs , separated
3 鸡蛋 , 分开

3个鸡蛋，分开

[wʌn][tiː es piː] .
1 tsp .
1 茶匙 .

茶匙

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
vanilla extract
香草 提炼

香草精

¾ [tiː es piː] .

¾	tsp	.
¾	茶匙	.

¾ 茶匙

['greɪtɪd] ['lemən] [piːl]

grated	lemon	peel
磨碎的	柠檬	果皮

磨碎的柠檬皮

[kʌt] [tuː] ['dʌb(ə)l] ['θɪknəs] [strɪps] [ɒv; əv] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [fɔɪl] - × [θriː] ['ɪntʃɪz] .

Cut	two	double	thickness	strips	of	aluminum	foil	18	×	3	inches	.
切	二	双倍的	厚度	条状物	的	铝	挫败	-	×	3	英寸	.

裁出两条 18 × 3 英寸的双层铝箔条。

[pleɪs] ['krɒswaɪz] ['əʊvə(r)] ['bɒtəm] [ænd; ənd] [ʌp] [saɪd] [ɒv; əv] - - [ɪntʃ] ['skɪlɪt] ,

Place	crosswise	over	bottom	and	up	side	of	10	-	inch	skillet	,
地方	横向	超过	底部	和	向上	边	的	-	-	英寸	煎锅	,

将面糊横向放置在10英寸煎锅的底部和侧壁上，

[ɪk'stendɪŋ] [ə'baʊt] [æn; ən] [ɪntʃ] [ə'bʌv] [rɪm] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] .

extending	about	an	inch	above	rim	of	skillet	.
扩展	关于	一个	英寸	多于	轮缘	的	煎锅	.

超出煎锅边缘约一英寸。

[kʌt] [ə; eɪ] ['sɜːk(ə)l] [ɒv; əv] [fɔɪl] [tuː; tə] [fɪt] ['bɒtəm] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] [ænd; ənd] [leɪ] ['əʊvə(r)] [fɔɪl] [strɪps] .

Cut	a	circle	of	foil	to	fit	bottom	of	skillet	and	lay	over	foil	strips	.
切	一个	圆圈	的	挫败	到	合身	底部	的	煎锅	和	躺	超过	挫败	条状物	.

剪一块圆形锡箔纸，大小刚好能铺在煎锅底部，然后铺在锡箔纸条上。

[griːs] [fɔɪl] [ænd; ənd] [saɪdz] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] .

Grease	foil	and	sides	of	skillet	.
润滑脂	挫败	和	侧面	的	煎锅	.

在锡纸和煎锅侧面涂油。

[mɪks] ['greɪəm] ['krækə(r)] [krʌmz] [ænd; ənd] ['sɪnəmən] .

Mix	graham	cracker	crumbs	and	cinnamon	.
混合	格雷厄姆	饼干	面包屑	和	肉桂	.

将全麦饼干碎和肉桂粉混合。

[kʌt] [ɪn] ['bʌtə(r)] .

Cut	in	butter	.
切	在	黄油	.

切入黄油。

[pres] ['mɪkstʃə(r)] [ɒn] ['bɒtəm] [ænd; ənd] [ə'baʊt] [ˌtuː'tuː] ['ɪntʃɪz] [ʌp] [saɪdz] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] .

Press	mixture	on	bottom	and	about	2	inches	up	sides	of	skillet	.
按	混合物	在	底部	和	关于	2	英寸	向上	侧面	的	煎锅	.

将混合物压在煎锅底部和约 2 英寸高的侧壁上。

['sɒfn] [kriːm] [tʃiːz] , [ˌeɪ diː 'diː] [kriːm] [ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [smuːð] .

Soften	cream	cheese	,	add	cream	and	beat	until	smooth	.
软化	奶油	奶酪	,	添加	奶油	和	打	直到	光滑的	.

将奶油奶酪软化，加入鲜奶油，搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː] [kəm'baɪnd] ['ʃʊgə(r)] , ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] [sɔːlt] ; [blend] .

Add	combined	sugar	,	flour	and	salt	;	blend	.
添加	合并	糖	,	面粉	和	盐	;	混合	.

将糖、面粉和盐混合，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [ʌn'biːtn] [eg] [jəʊk] , [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ænd; ənd] ['lemən] [piːl] ; [mɪks] [wel] .

Add	unbeaten	egg	yolks	,	vanilla	extract	and	lemon	peel	;	mix	well	.
添加	不败	蛋	蛋黄	,	香草	提炼	和	柠檬	果皮	;	混合	出色地	.

加入未打发的蛋黄、香草精和柠檬皮；搅拌均匀。

[biːt] [eg] ['waɪts] [tuː; tə] [spft] [piːk] [steɪʤ][ænd; ənd][fəʊld]['ɪntuː] [tʃiːz] ['mɪkstʃə(r)] .

Beat	egg	whites	to	soft	peak	stage	and	fold	into	cheese	mixture	.
打	蛋	白人	到	柔软的	顶峰	阶段	和	折叠	进入	奶酪	混合物	.

将蛋白打发至软性发泡，然后拌入奶酪混合物中。

[pɔː(r)]['ɪntuː] [krʌm] - [laɪnd][pæn][ænd; ənd] [pleɪs] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] ['miːdiəm] [fleɪm]

Pour	into	crumb	-	lined	pan	and	place	on	thermostatic	top	burner	at	medium	flame
倒	进入	屑	-	衬里	平底锅	和	地方	在	恒温	顶部	刻录机	在	中等的	火焰

[ænd; ənd] - [dɪ'griːz] .

and	235	degrees	.
和	-	学位	.

倒入铺有面包屑的平底锅中，放在恒温炉灶上，用中火加热至 235 度。

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [ænd; ənd] [beɪk] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Cover	tightly	and	bake	for	one	hour	.
覆盖	紧紧	和	烤	为了	一	小时	.

盖紧，烘烤一小时。

[tɜːn] ['bɜːnə(r)] [ɒf] [ænd; ənd][let] [keɪk] [stænd][wʌn]['aʊə(r)] .

Turn	burner	off	and	let	cake	stand	one	hour	.
转动	刻录机	离开	和	让	蛋糕	站立	一	小时	.

关掉炉子，让蛋糕静置一小时。

[rɪ'frɪdʒəreɪt] ['kʌvəd] , [fɔː(r); fə(r)][θriː][tuː; tə][fɔːr] ['aʊəz] .

Refrigerate	covered	,	for	3	to	4	hours	.
冷藏	涵盖	,	为了	3	到	4	小时	.

盖好盖子，放入冰箱冷藏3到4小时。

['keəfəli] [lɪft] [keɪk] [frɒm; frəm][pæn] , ['juːzɪŋ] [fɔɪl] [strɪps] [ænd; ənd][træns'fɜː(r)][tuː; tə] ['sɜːvɪŋ] [pleɪt] .

Carefully	lift	cake	from	pan	,	using	foil	strips	and	transfer	to	serving	plate	.
小心	举起	蛋糕	从	平底锅	,	使用	挫败	条状物	和	转移	到	服务	盘子	.

小心地用锡纸条将蛋糕从烤盘中取出，然后转移到上菜盘中。

[trɪm] [ɒf] [ɪk'ses] [fɔɪl] [ɔː(r)] [pʊl] [strɪps] ['keəfəli] [frɒm; frəm] [ˌʌndə'niːθ] [ðə; ði] [keɪk] .

Trim	off	excess	foil	or	pull	strips	carefully	from	underneath	the	cake	.
修剪	离开	过量的	挫败	或者	拉	条状物	小心	从	下	这	蛋糕	.

剪掉多余的锡箔纸，或者小心地从蛋糕底部撕下锡箔纸条。

[spuːn] ['festɪv] ['rɑːzbəri] [sɔːs] ['əʊvə(r)][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] [s'ɜːvɪŋz] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .

Spoon	Festive	Raspberry	Sauce	over	individual	servings	if	desired	.
勺子	节日	覆盆子	酱	超过	个人	份量	如果	想要的	.

如果需要，可以在每份食物上淋上节日覆盆子酱。

[meɪks] - [tuː; tə] - [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	10	to	12	servings	.
制作	-	到	-	份量	.

可供 10 至 12 人食用。

[nəʊt] :

NOTE	:
笔记	:

笔记:

[æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [taɪm] [ðɪs] [tʃiːz] [keɪk] [wɪl] [biː; bi] ['veri] [spft] [ɪn][ðə; ði]['sentə(r)]

At	the	end	of	the	cooking	time	this	cheese	cake	will	be	very	soft	in	the	center
在	这	结尾	的	这	烹饪	时间	这	奶酪	蛋糕	将要	是	非常	柔软的	在	这	中心

.

:

.

烹饪结束时，这款芝士蛋糕中心会非常柔软。

['ɑ:ftə(r)][θri:][tu:; tə][fɔ:r] ['aʊəz] [rɪˌfrɪdʒə'reɪʃn] , [ðə; ði] [keɪk] [wɪl] [bi:; bi][fɜ:m] [ɪ'nʌf] [tu:; tə][kʌt] . -

After	**3**	**to**	**4**	**hours**	**refrigeration**	**,**	**the**	**cake**	**will**	**be**	**firm**	**enough**	**to**	**cut**	**.**	**20**
后	3	到	4	小时	冷藏	,	这	蛋糕	将要	是	公司	足够的	到	切	.	-

冷藏3到4小时后，蛋糕就会变硬，可以切块了。20

['festɪv] ['rɑ:zbəri] [sɔ:s] :

FESTIVE	**RASPBERRY**	**SAUCE**	**:**
节日	覆盆子	酱	:

节日覆盆子酱:

[ˌtu:'tu:] - - [ˌəʊ 'zed] . [ˌpi:'keɪ'dʒi:] .

2	**10**	**-**	**oz**	**.**	**pkg**	**.**
2	-	-	盎司	.	包装	.

2 包 10 盎司装

['frəʊz(ə)n] ['rɑ:zbəriz] , [θɔ:d]

frozen	**raspberries**	**,**	**thawed**
冷冻	覆盆子	,	解冻

冷冻覆盆子，解冻

[ˌtu:'tu:][ti: bi: es pi:] . ['ʃʊgə(r)]

2	**Tbsp**	**.**	**sugar**
2	汤匙	.	糖

汤匙糖

[ˌtu:'tu:][ti: es pi:] .

2	**tsp**	**.**
2	茶匙	.

茶匙

['kɔ:nstɑ:tʃ]

cornstarch
玉米淀粉

玉米淀粉

[dreɪn] ['rɑ:zbəriz] ; [rɪ'zɜ:v] ['sɪrəp] .

Drain	**raspberries**	**;**	**reserve**	**sirup**	**.**
流走	覆盆子	;	预订	糖浆	.

沥干覆盆子；保留糖浆。

[kəm'baɪn] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] ['kɔ:nstɑ:tʃ] ; [ˌeɪ di: 'di:][tu:; tə] [rɪ'zɜ:vd] ['sɪrəp][ɪn] ['sɔ:spən] .

Combine	**sugar**	**and**	**cornstarch**	**;**	**add**	**to**	**reserved**	**sirup**	**in**	**saucepan**	**.**
结合	糖	和	玉米淀粉	;	添加	到	预订的	糖浆	在	平底锅	.

将糖和玉米淀粉混合；加入平底锅中预留的糖浆中。

[kʊk] [ænd; ənd][stɜ:(r)][ɒn] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [tɒp]['bɜ:nə(r)][æt; ət] ['mi:diəm] [fleɪm] [ænd; ənd] - [dɪ'gri:z]

Cook	**and**	**stir**	**on**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**medium**	**flame**	**and**	**212**	**degrees**
厨师	和	搅拌	在	恒温	顶部	刻录机	在	中等的	火焰	和	-	学位

[ʌn'tɪl]['mɪkstʃə(r)] ['kɒmz] [tu:; tə][ə; eɪ][bɔɪl][ænd; ənd] ['θikən] ;

until	**mixture**	**comes**	**to**	**a**	**boil**	**and**	**thickens**	**;**
直到	混合物	来	到	一个	熬	和	增厚	;

在恒温炉灶上以中火和 212 度烹煮并搅拌，直到混合物沸腾变稠；

[ku:l] .

cool	**.**
凉爽的	.

凉爽的。

[ˌeɪ di: 'di:] ['rɑ:zbəriz] ; [rɪ'frɪdʒəreɪt] .

Add	**raspberries**	**;**	**refrigerate**	**.**
添加	覆盆子	;	冷藏	.

加入覆盆子；冷藏。

[wen] [tʃɪld] , [spuːn] ['rɑːzbəri] [sɔːs] ['əʊvə(r)] [tʃiːz] [keɪk] .
When **chilled** **,** **spoon** **raspberry** **sauce** **over** **cheese** **cake** **.**
什么时候 冷藏 , 勺子 覆盆子 酱 超过 奶酪 蛋糕 .

冷藏后，将覆盆子酱淋在芝士蛋糕上。

[kwɪk] [fʌdʒ]
QUICK **FUDGE**
快的 做傻事

快速软糖

[ˌtuːˈtuː][siː] . ['ʃʊgə(r)]
2 **C** **.** **sugar**
2 C . 糖

杯糖

[θriː][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]
3 **Tbsp** **.** **butter** **or** **margarine**
3 汤匙 . 黄油 或者 人造黄油

汤匙黄油或人造黄油

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[wʌn][siː] . [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk]
1 **C** **.** **evaporated** **milk**
1 C . 蒸发 牛奶

杯淡奶

½ [siː] . ['mɪnɪtʃə(r)] [mˈɑːʃmelˌəʊz]
½ **C** **.** **miniature** **marshmallows**
½ C . 微型 棉花糖

½ 杯迷你棉花糖

1½ [siː] . ['semi] - [swiːt] ['tʃɒklət] ['piːsɪz]
1½ **C** **.** **semi** **-** **sweet** **chocolate** **pieces**
1½ C . 半 - 甜的 巧克力 件

1.5 杯半甜巧克力块

⅔ [siː] . [tʃɒpt] [nʌts]
⅔ **C** **.** **chopped** **nuts**
⅔ C . 切碎 坚果

⅔ 杯碎坚果

[wʌn][tiː es piː] .
1 **tsp** **.**
1 茶匙 .

茶匙

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
vanilla **extract**
香草 提炼

香草精

[mɪks]['ʃʊgə(r)] , ['bʌtə(r)] , [sɔːlt][ænd; ənd][mɪlk][ɪn][ə; eɪ] - - [ɪntʃ] ['skɪlɪt] .
Mix **sugar** **,** **butter** **,** **salt** **and** **milk** **in** **a** **10** **-** **inch** **skillet** **.**
混合 糖 , 黄油 , 盐 和 牛奶 在 一个 - - 英寸 煎锅 .

在一个10英寸的平底锅中混合糖、黄油、盐和牛奶。

[pleɪs] ['əʊvə(r)] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] .

Place	**over**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**300**	**degrees**	**.**
地方	超过	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	.

放在恒温燃气灶上，温度调至300度。

[brɪŋ] ['mɪkstʃə(r)][tuː; tə][ə; eɪ][bɔɪl] , ['stɜːrɪŋ] [ʌn'tɪl]['ʃʊgə(r)][ɪz] [dɪ'zɒlvd] .

Bring	**mixture**	**to**	**a**	**boil**	**,**	**stirring**	**until**	**sugar**	**is**	**dissolved**	**.**
带来	混合物	到	一个	熬	,	搅拌	直到	糖	是	溶解	.

将混合物煮沸，搅拌至糖溶解。

[kən'tɪnjuː] ['stɜːrɪŋ] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [tuː; tə][bɔɪl][fɔːr][tuː; tə][faɪv] ['mɪnɪts] .

Continue	**stirring**	**and**	**allow**	**to**	**boil**	**4**	**to**	**5**	**minutes**	**.**
继续	搅拌	和	允许	到	熬	4	到	5	分钟	.

继续搅拌，煮沸 4 至 5 分钟。

[tɜːn] ['bɜːnə(r)] [ɒf] .

Turn	**burner**	**off**	**.**
转动	刻录机	离开	.

关闭炉灶。

[ˌeɪ diː 'diː] [mˈɑːʃmɛlˌəʊz] , ['tʃɒklət] , [nʌts] [ænd; ənd] [və'nɪlə] ; [stɜː(r)][ʌn'tɪl] [mˈɑːʃmɛlˌəʊz] [ænd; ənd]

Add	**marshmallows**	**,**	**chocolate**	**,**	**nuts**	**and**	**vanilla**	**;**	**stir**	**until**	**marshmallows**	**and**
添加	棉花糖	,	巧克力	,	坚果	和	香草	;	搅拌	直到	棉花糖	和

['tʃɒklət] [ɑː(r); ə(r)] [kəm'pliːtli] ['meltɪd] [ænd; ənd] ['smuːðli] ['blendɪd] .

chocolate	**are**	**completely**	**melted**	**and**	**smoothly**	**blended**	**.**
巧克力	是	完全地	融化	和	顺利	混合	.

加入棉花糖、巧克力、坚果和香草精；搅拌至棉花糖和巧克力完全融化并均匀混合。

[pleɪs] [ɪn][ə; eɪ] ['bʌtəd] [eit] - [ɪntʃ] [skweə(r)][pæn] , ['spredɪŋ] ['iːvnli] .

Place	**in**	**a**	**buttered**	**8**	**-**	**inch**	**square**	**pan**	**,**	**spreading**	**evenly**	**.**
地方	在	一个	涂黄油的	8	-	英寸	正方形	平底锅	,	传播	均匀地	.

将面团放入涂了黄油的 8 英寸方形烤盘中，均匀铺开。

[kuːl] [bɪ'fɔː(r)] ['kʌtɪŋ] ['ɪntuː] [sk'weəz] .

Cool	**before**	**cutting**	**into**	**squares**	**.**
凉爽的	前	切割	进入	正方形	.

冷却后切成方块。

[meɪks] [ə'prɒksɪmətli] [ˌtuː'tuː] [paʊndz] .

Makes	**approximately**	**2**	**pounds**	**.**
制作	大约	2	磅	.

大约可制成2磅。

['grɪdl]

GRIDDLE
烤盘

煎锅

[wʌn] [taɪp] [ɒv; əv] ['grɪdl] [ɪz] [dɪ'zaɪnd] [baɪ][ðə; ði][reɪndʒ][ˌmænju'fæktʃərə(r)][tuː; tə][fɪt]['əʊvə(r)][wʌn][ɒv; əv]

One	**type**	**of**	**griddle**	**is**	**designed**	**by**	**the**	**range**	**manufacturer**	**to**	**fit**	**over**	**one**	**of**
一	类型	的	烤盘	是	设计	经过	这	范围	制造商	到	合身	超过	一	的

[ðə; ði] ['sɜːfɪs] ['bɜːrnər] .

the	**surface**	**burners**	**.**
这	表面	燃烧器	.

其中一种烤盘是由炉灶制造商设计的，可以安装在炉灶的其中一个燃烧器上。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən]['juːʒuəli; 'juːʒəli][biː; bi] [kən'vɜːtɪd] [tuː; tə][ə; eɪ] [fɪfθ] ['bɜːnə(r)][ænd; ənd][ɪz]['ɒf(ə)n]

It	**can**	**usually**	**be**	**converted**	**to**	**a**	**fifth**	**burner**	**and**	**is**	**often**
它	能	通常	是	转换	到	一个	第五	刻录机	和	是	经常

[ˌθɜːmə'stætɪkli] [kən'trəʊld] .

thermostatically	**controlled**	**.**
恒温	受控	.

它通常可以改装成第五个燃烧器，并且通常由温控器控制。

[ðə; ði]['ʌðə(r)] [taɪp] [ɪz][ə; eɪ]['pɔ:təb(ə)l] ['seprət] [ju:'tens(ə)l] [wɪtʃ] [fɪts]['əʊvə(r)] ['eni] [reɪndʒ]['bɜ:nə(r)] .

The	other	type	is	a	portable	separate	utensil	which	fits	over	any	range	burner	.
这	其他	类型	是	一个	便携的	分离	用具	哪个	适合	超过	任何	范围	刻录机	.

另一种类型是便携式独立炊具，可安装在任何炉灶燃烧器上。

[ðə; ði] ['grɪdl] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['si:z(ə)nd] [bɪ'fɔ:(r)]['ju:zɪŋ][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði][fɜ:st] [taɪm] .

The	griddle	should	be	seasoned	before	using	for	the	first	time	.
这	烤盘	应该	是	经验丰富的	前	使用	为了	这	第一的	时间	.

烤盘首次使用前需要进行养护。

[tu:; tə][du:; də] [ðɪs] , [brʌʃ] ['sɜ:fɪs] [wɪð] [ʌn'sɔ:ltɪd; ʌn'sɒltɪd] ['ʃɔ:tnɪŋ] .

To	do	this	,	brush	surface	with	unsalted	shortening	.
到	做	这	,	刷子	表面	和	无盐	缩短	.

为此，请在表面刷上一层无盐起酥油。

[hi:t] [ɒn] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [tɒp]['bɜ:nə(r)][æt; ət] - [dɪ'gri:z] [fɔ:(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Heat	on	thermostatic	top	burner	at	325	degrees	for	15	minutes	.
热	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	为了	-	分钟	.

在恒温炉灶上以 325 度加热 15 分钟。

[tɜ:n] [fleɪm] [ɒf] [ænd; ənd] [ə'ləʊ] ['grɪdl] [tu:; tə] [ku:l] .

Turn	flame	off	and	allow	griddle	to	cool	.
转动	火焰	离开	和	允许	烤盘	到	凉爽的	.

关火，让烤盘冷却。

[waɪl] ['grɪdl] [ɪz] [stɪl] [wɔ:m] , [waɪp] [ɒf] [ɪk'ses] ['ʃɔ:tnɪŋ] [wɪð] ['peɪpə(r)] ['taʊəl] .

While	griddle	is	still	warm	,	wipe	off	excess	shortening	with	paper	towel	.
尽管	烤盘	是	仍然	温暖的	,	擦拭	离开	过量的	缩短	和	纸	毛巾	.

趁煎锅还温热时，用厨房纸巾擦掉多余的油脂。

[ðə; ði] ['grɪdl] [ɪz] [naʊ] ['redi] [fɔ:(r); fə(r)][ju:z] .

The	griddle	is	now	ready	for	use	.
这	烤盘	是	现在	准备好	为了	使用	.

烤盘现在可以使用了。

[ðə; ði] [ˌrekə'mendɪd] [ˌθɜ:mə'stætɪk] [kən'trəʊld] ['bɜ:nə(r)] ['temprətʃə(r)] [ɔ:(r)][ə; eɪ] ['mi:diəm] [fleɪm]

The	recommended	thermostatic	controlled	burner	temperature	or	a	medium	flame
这	受到推崇的	恒温	受控	刻录机	温度	或者	一个	中等的	火焰

[ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [ju:st] [wen] ['grɪlɪŋ] [fu:dz] .

should	be	used	when	grilling	foods	.
应该	是	用过的	什么时候	烧烤	食物	.

烧烤食物时，应使用建议的恒温控制燃烧器温度或中等火焰。

[ɪf] ['grɪdl] [hæz; həz][nəʊ] ['temprətʃə(r)] ['ɪndɪkeɪtə(r)][ɔ:(r)][ɪz][nɒt] [ˌθɜ:mə'stætɪkli] [kən'trəʊld] ,

If	griddle	has	no	temperature	indicator	or	is	not	thermostatically	controlled	,
如果	烤盘	有	不	温度	指标	或者	是	不是	恒温	受控	,

如果烤盘没有温度指示器或没有温控装置，

[ju:z][ə; eɪ] [fju:] [drɒps] [ɒv; əv]['wɔ:tə(r)][æz; əz][ə; eɪ] [test] [fɔ:(r); fə(r)]['prɒpə(r)] ['kʊkɪŋ] ['temprətʃə(r)] .

use	a	few	drops	of	water	as	a	test	for	proper	cooking	temperature	.
使用	一个	很少	滴	的	水	作为	一个	测试	为了	恰当的	烹饪	温度	.

用几滴水来测试烹饪温度是否合适。

[ðə; ði]['wɔ:tə(r)] [wɪl] [fɔ:m] [bi:dz] [ænd; ənd] “ [dɑ:ns] ” [wen] [ðə; ði] ['grɪdl] [ɪz] ['redi] [tu:; tə][ju:z] . -

The	water	will	form	beads	and	“	dance	”	when	the	griddle	is	ready	to	use	.	21
这	水	将要	形式	珠子	和	“	舞蹈	”	什么时候	这	烤盘	是	准备好	到	使用	.	-

当烤盘准备就绪时，水会凝结成珠并“舞动”。21

['grɪlɪŋ] [gaɪd]

GRILLING	GUIDE
烧烤	指导

烧烤指南

[ˌpriːˈhiːt] [ˈgrɪdl] [æt; ət] [haɪ] [fleɪm] [ænd; ənd] [ˌrekəˈmendɪd] [ˈtemprətʃə(r)] .
Preheat **griddle** **at** **high** **flame** **and** **recommended** **temperature** **.**
预热 烤盘 在 高的 火焰 和 受到推崇的 温度 .

将烤盘用大火预热至推荐温度。

[rʌb] [ˈgrɪdl] [ˈlaɪtli] [wɪð] [ə; eɪ][bɪt][ɒv; əv] [miːt] [fæt] .
Rub **griddle** **lightly** **with** **a** **bit** **of** **meat** **fat** **.**
擦 烤盘 轻轻 和 一个 少量 的 肉 胖的 .

在烤盘上轻轻涂抹少许肉油。

[fuːd] [ˈθɪknəs] [ˈtemprətʃə(r)] [ˈtəʊt(ə)l] [taɪm]
FOOD **THICKNESS** **TEMPERATURE** **TOTAL** **TIME**
食物 厚度 温度 全部的 时间

食物厚度 温度 总时间

[biːf] :
BEEF **:**
牛肉 :

牛肉:

[klʌb] , [tiː] - [bəʊn] , [rɪb] , [ˈsɜːlɪn] [steɪks] ¾ - 325° - 350° - - - [mɪn] . [fɔː(r); fə(r)] [ˈmiːdiəm]
Club **,** **T** **-** **Bone** **,** **Rib** **,** **Sirloin** **Steaks** **¾** **'** **325°** **-** **350°** **12** **-** **14** **min** **.** **for** **medium**
俱乐部 , T - 骨 , 肋骨 , 西冷牛排 牛排 ¾ - 325° - 350° - - - 最小 . 为了 中等的

俱乐部牛排、T骨牛排、肋眼牛排、西冷牛排，¾英寸厚，325-350°F（约163-177°C），五分熟需12-14分钟。

[kjuːb] [steɪks] ¼ - 350° - 375° [fɔːr] - [sɪks][mɪn] . [fɔː(r); fə(r)] [ˈmiːdiəm]
Cube **Steaks** **¼** **'** **350°** **-** **375°** **4** **-** **6** **min** **.** **for** **medium**
立方体 牛排 ¼ - 350° - 375° 4 - 6 最小 . 为了 中等的

牛排切成 ¼ 英寸厚的方块，在 350-375° 的温度下煎烤 4-6 分钟，至五分熟。

[graʊnd] [biːf] [ˈpætiz] ½ - [tuː; tə][wʌn] - 300° - 325° [eit] - - [mɪn] . [fɔː(r); fə(r)] [ˈmiːdiəm]
Ground **Beef** **Patties** **½** **'** **to** **1** **'** **300°** **-** **325°** **8** **-** **12** **min** **.** **for** **medium**
地面 牛肉 肉饼 ½ - 到 1 - 300° - 325° 8 - - 最小 . 为了 中等的

牛肉饼，厚度 ½ 英寸至 1 英寸，温度 300°-325°F（约 150°-160°C），煎 8-12 分钟（中等熟度）

[egz] 300° [ˌtuːˈtuː] - [fɔːr][mɪn] .
EGGS **300°** **2** **-** **4** **min** **.**
鸡蛋 300° 2 - 4 最小 .

鸡蛋 300° 2-4 分钟

[frentʃ] [təʊst] 350° - 375° [ˌtuːˈtuː] - [θriː][mɪn] .
FRENCH **TOAST** **350°** **-** **375°** **2** **-** **3** **min** **.**
法语 吐司 350° - 375° 2 - 3 最小 .

法式吐司 350°-375° 2-3 分钟

[læm] [tʃɒps] ½ - [tuː; tə] ¾ - 300° - 350° - - - [mɪn] .
LAMB **CHOPS** **½** **'** **to** **¾** **'** **300°** **-** **350°** **16** **-** **20** **min** **.**
羊肉 排骨 ½ - 到 ¾ - 300° - 350° - - - 最小 .

羊排 ½″ 至 ¾″ 300°-350° 16-20 分钟

[ˈpænkeɪks] 375° - 400° [θriː] - [fɔːr][mɪn] .
PANCAKES **375°** **-** **400°** **3** **-** **4** **min** **.**
煎饼 375° - 400° 3 - 4 最小 .

煎饼 375°-400° 3-4 分钟

[pɔːk] :
PORK **:**
猪肉 :

猪肉:

[[ə; eɪ]] [ˈbeɪkən] ⅛ - 300° - 325° [sɪks] - - [mɪn] .
[**a** **]** **Bacon** **⅛** **'** **300°** **-** **325°** **6** **-** **10** **min** **.**
[一个] 熏肉 ⅛ - 300° - 325° 6 - - 最小 .

[a]培根 ⅛″ 300°-325° 6-10 分钟。

[kə'neɪdiən]['beɪkən] ⅛ - 275° - 300° [fɔːr] - [sɪks][mɪn] .

Canadian	**Bacon**	**⅛**	**'**	**275°**	**-**	**300°**	**4**	**-**	**6**	**min**	**.**
加拿大	熏肉	⅛	-	275°	-	300°	4	-	6	最小	.

加拿大培根 ⅛″ 275°-300° 4-6 分钟

[hæm][slaɪs] ½ - 275° - 300° - - - [mɪn] .

Ham	**Slice**	**½**	**'**	**275°**	**-**	**300°**	**10**	**-**	**14**	**min**	**.**
火腿	片	½	-	275°	-	300°	-	-	-	最小	.

火腿片 ½" 275°-300° 10-14 分钟

[[ə; eɪ]] ['sɒsɪdʒ] ['pætiz] ½ - 275° - 300° - - - [mɪn] .

[	**a**	**]**	**Sausage**	**Patties**	**½**	**'**	**275°**	**-**	**300°**	**12**	**-**	**14**	**min**	**.**
[	一个	]	香肠	肉饼	½	-	275°	-	300°	-	-	-	最小	.

[a]香肠饼 ½″ 275°-300° 12-14 分钟。

[[ə; eɪ]] [duː; də][nɒt] [ˌpriːˈhiːt] ['grɪdl] . -

[	**a**	**]**	**Do**	**not**	**preheat**	**griddle**	**.**	**22**
[	一个	]	做	不是	预热	烤盘	.	-

[a]不要预热烤盘。22

[ɪts] ['iːzi] [tuː; tə] [beɪk] [wɪð] . . .

IT'S	**EASY**	**TO**	**BAKE**	**WITH**	**.**	**.**	**.**
它是	简单的	到	烤	和	.	.	.

用它烘焙很容易.....

[ðə; ði] ['mɒd(ə)n] ['fjuːəl] . . .

THE	**MODERN**	**FUEL**	**.**	**.**	**.**
这	现代的	燃料	.	.	.

现代燃料.....

[gæs]

GAS
气体

气体

[bluː] [fleɪm] ['ʌv(ə)n] [tɪps]

BLUE	**FLAME**	**OVEN**	**TIPS**
蓝色的	火焰	烤箱	尖端

蓝色火焰烤箱小贴士

[ðə; ði]['ʌv(ə)n][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə] [ˌpriːˈhiːt] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [fɔː(r); fə(r)][məʊst] ['beɪkɪŋ]

The	**oven**	**should**	**be**	**allowed**	**to**	**preheat**	**10**	**to**	**15**	**minutes**	**for**	**most**	**baking**
这	烤箱	应该	是	允许	到	预热	-	到	-	分钟	为了	最多	烘烤

[ænd; ənd][ɔːl] ['rəʊstɪŋ] [ɑːpə'reɪʃnz] .

and	**all**	**roasting**	**operations**	**.**
和	全部	烘焙	运营	.

对于大多数烘焙和所有烤制操作，烤箱应预热 10 至 15 分钟。

[ə'reɪndʒ] [pænz] 1½ ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm][saɪdz][ɒv; əv]['ʌv(ə)n][ænd; ənd][frɒm; frəm] [iːtʃ] ['ʌðə(r)][fɔː(r); fə(r)]

Arrange	**pans**	**1½**	**inches**	**from**	**sides**	**of**	**oven**	**and**	**from**	**each**	**other**	**for**
安排	平底锅	1½	英寸	从	侧面	的	烤箱	和	从	每个	其他	为了

[best] [hiːt] [ˌsɜːkjə'leɪʃ(ə)n] .

best	**heat**	**circulation**	**.**
最好的	热	循环	.

为了获得最佳的热循环效果，请将烤盘放置在距离烤箱侧壁 1½ 英寸的位置，烤盘之间也应保持 1½ 英寸的距离。

[ðeə(r)] [ʃʊd; ʃəd]['ɔːlsəʊ][biː; bi] 1½ ['ɪntʃɪz] [ɒv; əv][eə(r)] [speɪs] [ə'bʌv] [ænd; ənd] [bɪ'ləʊ] [iːtʃ] [pæn] .

There	**should**	**also**	**be**	**1½**	**inches**	**of**	**air**	**space**	**above**	**and**	**below**	**each**	**pan**	**.**
那里	应该	还	是	1½	英寸	的	空气	空间	多于	和	以下	每个	平底锅	.

每个烤盘的上下方都应该留出 1.5 英寸的空气间隙。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['pɒsəb(ə)l][tuː; tə][juːz][bəuθ] [ræks] [æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm][ɪn][ə; eɪ][gæs]['ʌv(ə)n][ænd; ənd] [stɪl]

It	is	possible	to	use	both	racks	at	the	same	time	in	a	Gas	oven	and	still
它	是	可能的	到	使用	两个都	货架	在	这	相同的	时间	在	一个	气体	烤箱	和	仍然

[biː; bi][ə'ʃʊəd; ə'ʃɔːd][ɒv; əv]['iːv(ə)n] ['braʊnɪŋ] .

be	assured	of	even	browning	.
是	保证	的	甚至	褐变	.

在燃气烤箱中，可以同时使用两个烤架，并且仍然可以确保食物均匀上色。

[tuː] [ʃiːts] [ɒv; əv] ['kʊkiz] [ɔː(r)][fɔːr] ['leɪəz] [ɒv; əv] [keɪk] [kæn; kən][biː; bi] [beɪkt] [wɪ'ðaʊt] ['ʃɪftɪŋ]

Two	sheets	of	cookies	or	4	layers	of	cake	can	be	baked	without	shifting
二	纸张	的	曲奇饼	或者	4	层	的	蛋糕	能	是	烘焙	没有	转变

[ðə; ði][pænz] .

the	pans	.
这	平底锅	.

无需移动烤盘即可烤制两张饼干或四层蛋糕。

[wen] ['juːzɪŋ] [tuː] [ræks] [ænd; ənd] ['sevrəl] [pænz] , ['stægə(r)][ðə; ði][pænz][səʊ][nəʊ][pæn][ɪz] ['skweəli]

When	using	two	racks	and	several	pans	,	stagger	the	pans	so	no	pan	is	squarely
什么时候	使用	二	货架	和	一些	平底锅	,	错开	这	平底锅	所以	不	平底锅	是	完全

[ə'bʌv] [ə'nʌðə(r)] .

above	another	.
多于	其他	.

使用两个烤架和多个烤盘时，错开烤盘的摆放位置，使没有一个烤盘正好在另一个烤盘的正上方。

[ðə; ði][məʊst][dɪ'zaɪərəb(ə)l] ['beɪkɪŋ] [rɪ'zʌlts] [ɑː(r); ə(r)] [əb'teɪnd] [wen] [ðə; ði] [kə'rekt] [pæn][ɪz] [juːst] .

The	most	desirable	baking	results	are	obtained	when	the	correct	pan	is	used	.
这	最多	理想	烘烤	结果	是	获得	什么时候	这	正确的	平底锅	是	用过的	.

使用合适的烤盘才能获得最理想的烘焙效果。

[juːz][ðə; ði][saɪz][pæn] [ˌrekə'mendɪd] [ɪn][ðə; ði]['resəpi] .

Use	the	size	pan	recommended	in	the	recipe	.
使用	这	尺寸	平底锅	受到推崇的	在	这	食谱	.

使用食谱中推荐尺寸的平底锅。

[juːz][ə; eɪ]['miːdiəm] [weɪt] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][ɔː(r)][glɑːs] [keɪk] [pæn] .

Use	a	medium	weight	aluminum	or	glass	cake	pan	.
使用	一个	中等的	重量	铝	或者	玻璃	蛋糕	平底锅	.

使用中等重量的铝制或玻璃蛋糕模具。

[duː; də][nɒt][ɪk'spekt] [wɔːpt] [ɔː(r)] ['daːkənd] [pænz][tuː; tə][prə'djuːs]['iːv(ə)n] ['braʊnɪŋ] [ɔː(r)][ə; eɪ]['lev(ə)l]

Do	not	expect	warped	or	darkened	pans	to	produce	even	browning	or	a	level
做	不是	预计	扭曲的	或者	变暗	平底锅	到	生产	甚至	褐变	或者	一个	等级

['prɒdʌkt] .

product	.
产品	.

不要指望变形或发黑的平底锅能烤出均匀的棕色或平整的产品。

[ɪf] [fuːd] [rʌnz] ['əʊvə(r)][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n] , ['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt][tuː; tə][stɒp] ['sməʊkɪŋ] .

If	food	runs	over	in	the	oven	,	sprinkle	with	salt	to	stop	smoking	.
如果	食物	跑步	超过	在	这	烤箱	,	撒	和	盐	到	停止	吸烟	.

如果食物在烤箱里溢出来，撒些盐可以止住冒烟。

[kliːn] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] ['beɪkɪŋ] [hæz; həz] [biːn] [kəm'plitɪd] [ænd; ənd]['ʌv(ə)n][hæz; həz] [kuːld] .

Clean	as	soon	as	baking	has	been	completed	and	oven	has	cooled	.
干净的	作为	很快	作为	烘烤	有	到过	完全的	和	烤箱	有	冷却	.

烘焙完成后，待烤箱冷却后立即进行清洗。

[juːz] ['mɪnɪt] ['taɪmə(r)][tuː; tə][rɪ'maɪnd][juː; jʊ] [wen] [tuː; tə] [tʃek] [fuːdz] .

Use	minute	timer	to	remind	you	when	to	check	foods	.
使用	分钟	定时器	到	提醒	你	什么时候	到	查看	食物	.

使用分钟计时器提醒您何时检查食物。

[wɪð] [ə; eɪ] ['wɪndəʊ] [ɪn][ðə; ði][dɔː(r)][ænd; ənd][æn; ən][ɪn'tɪəriə(r)]['ʌv(ə)n] [laɪt] ,

With	a	window	in	the	door	and	an	interior	oven	light	,
和	一个	窗户	在	这	门	和	一个	内部的	烤箱	光	,

门上有一个窗口，烤箱内部有一个照明灯

[ðə; ði] ['kʊkɪŋ] ['prəʊgres] [meɪ] [biː; bi] [tʃekt] [wɪ'ðaʊt] ['əʊpənɪŋ] [ðə; ði][dɔː(r)] .

the	cooking	progress	may	be	checked	without	opening	the	door	.
这	烹饪	进步	可能	是	已检查	没有	开幕	这	门	.

无需开门即可查看烹饪进度。

[liːv] ['ʌv(ə)n][dɔː(r)] [kləʊzd] [æt; ət] [liːst] [ʌn'tɪl][ðə; ði] ['mɪnɪməm] ['beɪkɪŋ] [taɪm][hæz; həz] [ɪ'læpst] .

Leave	oven	door	closed	at	least	until	the	minimum	baking	time	has	elapsed	.
离开	烤箱	门	关闭	在	至少	直到	这	最低限度	烘烤	时间	有	过去	.

至少要等到最短烘烤时间结束，烤箱门才能打开。

[wen] ['beɪkɪŋ] [ɪn] [glɑːs] [pænz] , ['ləʊə(r)] [ˌrekə'mendɪd] ['temprətʃə(r)] - [dɪ'griːz] [ænd; ənd][juːz][ðə; ði]

When	baking	in	glass	pans	,	lower	recommended	temperature	25	degrees	and	use	the
什么时候	烘烤	在	玻璃	平底锅	,	降低	受到推崇的	温度	-	学位	和	使用	这

[ˌrekə'mendɪd] [taɪm] .

recommended	time	.
受到推崇的	时间	.

使用玻璃烤盘烘焙时，请将建议温度降低 25 度，并使用建议的烘焙时间。

[fɔː(r); fə(r)]['mɪksɪz] , ['pækɪdʒd] [ænd; ənd]['frəʊz(ə)n] [fuːdz] , ['fɒləʊ] ['leɪb(ə)l][də'rekʃ(ə)nz] .

For	mixes	,	packaged	and	frozen	foods	,	follow	label	directions	.
为了	混合	,	包装好的	和	冷冻	食物	,	跟随	标签	方向	.

对于混合食品、包装食品和冷冻食品，请按照标签上的说明进行操作。

[rɪ'membə(r)] , [haʊ'evə(r)] , [ðæt] ['kʊkɪŋ] [taɪmz] [ɑː(r); ə(r)] [ə'prɒksɪmət] [ænd; ənd][kæn; kən][biː; bi]

Remember	,	however	,	that	cooking	times	are	approximate	and	can	be
记住	,	然而	,	那	烹饪	时代	是	近似	和	能	是

[ə'dʒʌstɪd] [tuː; tə][suːt]['pɜːsən(ə)l]['pref(ə)rənsɪz] .

adjusted	to	suit	personal	preferences	.
调整	到	套装	个人的	偏好	.

但请记住，烹饪时间仅供参考，可根据个人喜好进行调整。

[ðə; ði][nɒn] - [tɪp]['ʌv(ə)n] [ræk] [meɪ] [biː; bi] ['pʊld] [aʊt][fɔː(r); fə(r)] ['ləʊdɪŋ] [ænd; ənd] [ˌʌn'ləʊdɪŋ] [ðə; ði]

The	non	-	tip	oven	rack	may	be	pulled	out	for	loading	and	unloading	the
这	非	-	提示	烤箱	架子	可能	是	拉	出去	为了	加载中	和	卸货	这

['ʌv(ə)n] [wɪ'ðaʊt] ['riːtʃɪŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] ['hiːtɪd] ['ʌv(ə)n] .

oven	without	reaching	into	the	heated	oven	.
烤箱	没有	到达	进入	这	加热	烤箱	.

无需将手伸入加热的烤箱内，即可将不倾斜的烤箱架拉出，方便装卸食物。

['ʌv(ə)n] [miːlz] [ri'kwaiə] [seɪm] [taɪm][ænd; ənd] ['temprətʃə(r)] [fɔː(r); fə(r)][ɔːl] [fuːdz] [hæv; həv] [biːn]

Oven	meals	requiring	same	time	and	temperature	for	all	foods	have	been
烤箱	餐	需要	相同的	时间	和	温度	为了	全部	食物	有	到过

[plænd] [ɒn][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['peɪdʒɪz] .

planned	on	the	following	pages	.
计划	在	这	下列的	页面	.

以下几页计划了所有食材烹饪时间及温度均相同的烤箱菜肴。

[jɔː(r); jə(r)] [əʊn] ['feɪvərɪt] ['resəpɪz][kæn; kən]['ɔːlsəʊ][biː; bi] [kʊkt] [ænd; ənd][held] [ˌɔːtə'mætɪkli] [wɪð]

Your	own	favorite	recipes	can	also	be	cooked	and	held	automatically	with
你的	自己的	最喜欢的	食谱	能	还	是	煮熟	和	握住	自动地	和

[ðə; ði] [njuː] ['prəʊgræmd] ['sɪstəm] .

the	new	programmed	system	.
这	新的	程序	系统	.

使用这套全新的程序化系统，您还可以自动烹饪和保存自己最喜欢的食谱。

[juːz] [ɒv; əv] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm] [fɔɪl]

USE	OF	ALUMINUM	FOIL
使用	的	铝	挫败

铝箔的用途

[ɪf] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm] [fɔɪl] [ɪz] [juːst] [ɪn] [ðə; ði] [ˈʌv(ə)n] ,

If	aluminum	foil	is	used	in	the	oven	,
如果	铝	挫败	是	用过的	在	这	烤箱	,

如果烤箱里使用铝箔，

[pleɪs] [ə; eɪ] [smɔːl] [ʃiːt] [ɪn] [ðə; ði] [ˈsentə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈʌv(ə)n] [ˈbɒtəm] .

place	a	small	sheet	in	the	center	of	the	oven	bottom	.
地方	一个	小的	床单	在	这	中心	的	这	烤箱	底部	.

在烤箱底部中央放一小块烤盘纸。

[ðə; ði] [ˈhiːtɪd] [eə(r)] [mʌst; məst] [biː; bi] [əˈlaʊd] [tuː; tə] [ˈsɜːkjəleɪt] [ˈfriːli] [θruː] [ðə; ði] [ˈoʊpənɪŋz]

The	heated	air	MUST	be	allowed	to	circulate	freely	through	the	openings
这	加热	空气	必须	是	允许	到	流通	自由	通过	这	开口

[təˈwɔːd] [ðə; ði] [ˈaʊtə(r)] [edʒ] [ɒv; əv] the23

toward	the	outer	edge	of	the23
朝向	这	外	边缘	的	the23

必须允许加热后的空气通过开口自由循环到23号外边缘。

[ˈʌv(ə)n] [ˈbɒtəm] .

oven	bottom	.
烤箱	底部	.

烤箱底部。

[duː; də] [nɒt] [kəmˈpliːtli] [ˈkʌvə(r)] [ðə; ði] [ˈʌv(ə)n] [ˈbɒtəm] .

DO	NOT	completely	cover	the	oven	bottom	.
做	不是	完全地	覆盖	这	烤箱	底部	.

不要完全盖住烤箱底部。

[duː; də] [nɒt] [ˈkʌvə(r)] [æn; ən] [ˈʌv(ə)n] [ræk] [wɪð] [fɔɪl] .

DO	NOT	cover	an	oven	rack	with	foil	.
做	不是	覆盖	一个	烤箱	架子	和	挫败	.

请勿用锡纸覆盖烤箱架。

[juːz] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm] [fɔɪl] [ˈəʊnli] [wen] [ˈæbsəluːtli] [ˈnesəsəri] .

Use	aluminum	foil	only	when	absolutely	necessary	.
使用	铝	挫败	仅有的	什么时候	绝对地	必要的	.

只有在绝对必要时才使用铝箔。

[duː; də] [nɒt] [liːv] [fɔɪl] [ɪn] [ðə; ði] [ˈʌv(ə)n] [ˈpɜːmənəntli] .

DO	NOT	leave	foil	in	the	oven	permanently	.
做	不是	离开	挫败	在	这	烤箱	永久的	.

切勿将锡箔纸长时间留在烤箱内。

[ɪf] [ðiːz] [ɪnˈstrʌkʃənz] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ˈfɒləʊd] , [ˈdæmɪdʒ] [tuː; tə] [ðə; ði] [reɪndʒ] [ænd; ənd] [ˌʌnˌsætɪsˈfæktəri] [ˈbeɪkɪŋ] [rɪˈzʌlts] [kæn; kən] [biː; bi] [ɪkˈspektɪd] .

If	these	instructions	are	not	followed	,	damage	to	the	range	and	unsatisfactory	baking	results	can	be	expected	.
如果	这些	指示	是	不是	随后	,	损害	到	这	范围	和	不令人满意	烘烤	结果	能	是	预期的	.

如果不遵循这些说明，可能会损坏炉灶，并导致烘焙效果不佳。

[miːt] [prəʊb]

MEAT	PROBE
肉	探测

肉类探针

[ə; eɪ] [miːt] [prəʊb] [ɪz] [ə; eɪ] [dɪ'vaɪs] [fɔː(r); fə(r)] ['meʒərɪŋ] ,

A	meat	probe	is	a	device	for	measuring	,
一个	肉	探测	是	一个	设备	为了	测量	,

肉类探针是一种用于测量以下指标的装置：

['ɪndɪkeɪtɪŋ] [ænd; ənd] / [ɔː(r)] [kən'trəʊlɪŋ] [ɪn'tɜːn(ə)l] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] [miːts] [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [ə; eɪ]

indicating	and	/	or	controlling	internal	temperature	of	meats	by	means	of	a
表明	和	/	或者	控制	内部的	温度	的	肉类	经过	方法	的	一个

['met(ə)l] [prəʊb] [ɪn'sɜːtɪd] ['ɪntuː] [ðə; ðɪ] [rəʊst] [ænd; ənd] [lɪŋkt] [tuː; tə] [æn; ən] ['ɪndɪkeɪtə(r)] [ɔː(r)] ['æktʃʊeɪtə(r)]

metal	probe	inserted	into	the	roast	and	linked	to	an	indicator	or	actuator
金属	探测	插入	进入	这	烤	和	链接	到	一个	指标	或者	执行器

.

:

.

通过插入烤肉中并连接到指示器或执行器的金属探针来指示和/或控制肉的内部温度。

[ðɪs] [kən'viːniəns] ['fiːtʃə(r)] [ɪ'lɪmɪˌneɪts] ['geswɜːk] [ænd; ənd] [ɪn'ʃuə] [pə'fekʃ(ə)n] ['evri] [taɪm] .

This	convenience	feature	eliminates	guesswork	and	insures	perfection	every	time	.
这	方便	特征	消除	猜测	和	保险	完美	每一个	时间	.

这项便捷功能消除了猜测的成分，确保每次都能达到完美效果。

[waɪp] [miːt] [wɪð] [ə; eɪ] [kliːn] , [dæmp] [klɒθ] .

Wipe	meat	with	a	clean	,	damp	cloth	.
擦拭	肉	和	一个	干净的	,	潮湿	布	.

用干净的湿布擦拭肉类。

['siːz(ə)n] [ænd; ənd] [pleɪs] , [fæt] [saɪd] [ʌp] , [ɒn] [ræk] [ɪn] ['ʃæləʊ] ['rəʊstɪŋ] [pæn] .

Season	and	place	,	fat	side	up	,	on	rack	in	shallow	roasting	pan	.
季节	和	地方	,	胖的	边	向上	,	在	架子	在	浅的	烘焙	平底锅	.

调味后，将肉块肥肉面朝上放在浅烤盘的烤架上。

['beɪstɪŋ] [ɪz] [nɒt] ['nesəsəri] .

Basting	is	not	necessary	.
涂抹	是	不是	必要的	.

无需涂抹酱汁。

[wen] [ɪns'ɜːtɪŋ] [prəʊb] ['ɪntuː] [miːt] ,

When	inserting	probe	into	meat	,
什么时候	插入	探测	进入	肉	,

将探针插入肉中时，

[pʊt] ['sentə(r)] ['sekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [prəʊb] ['ɪntuː] [ðə; ðɪ] [liːn] ['sentə(r)] ['mʌs(ə)l] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [bəʊn] [ænd; ənd]

put	center	section	of	probe	into	the	lean	center	muscle	away	from	bone	and
放	中心	部分	的	探测	进入	这	倾斜	中心	肌肉	离开	从	骨	和

[fæt] [ænd; ənd] [æz; əz] [nɪə(r)] [ðə; ðɪ] ['sentə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [miːt] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] .

fat	and	as	near	the	center	of	the	meat	as	possible	.
胖的	和	作为	靠近	这	中心	的	这	肉	作为	可能的	.

将探针的中心部分插入远离骨头和脂肪的瘦肉中心部位，并尽可能靠近肉的中心。

[wen] [ɪn] [juːz] , [ðə; ðɪ] [miːt] [prəʊb] [tɪp] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ˌɪn'saɪd] [ðə; ðɪ] [miːt] ,

When	in	use	,	the	meat	probe	tip	should	be	INSIDE	the	meat	,
什么时候	在	使用	,	这	肉	探测	提示	应该	是	里面	这	肉	,

使用时，肉类探针的尖端应该位于肉的内侧。

[nɒt] ['stɪkɪŋ] [θruː] [ðə; ðɪ] [miːt] [ænd; ənd] [aʊt] [ðə; ðɪ] ['ʌðə(r)] [saɪd] .

not	sticking	through	the	meat	and	out	the	other	side	.
不是	粘性	通过	这	肉	和	出去	这	其他	边	.

不会穿透肉层从另一侧穿出来。

['ɔːlweɪz] [meɪk] ['sɜːt(ə)n] [ðə; ðɪ] [fʊl] [leŋkθ; leŋθ] [ɒv; əv] [prəʊb] [ɪz] [ɪn'sɜːtɪd] [ɪn] [ðə; ðɪ] [miːt] .

Always	make	certain	the	full	length	of	probe	is	inserted	in	the	meat	.
总是	制作	肯定	这	满的	长度	的	探测	是	插入	在	这	肉	.

务必确保探针的整个长度都插入肉中。

[ðɪs] [meɪ] [miːn] [ðə; ði] [prəʊb] [wɪl] [biː; bi] [ɪn'sɜːtɪd] [æt; ət] [æn; ən] ['æŋg(ə)l] [tuː; tə] [hæv; həv] [tɪp] [ɪn]

This	may	mean	the	probe	will	be	inserted	at	an	angle	to	have	tip	in
这	可能	意思是	这	探测	将要	是	插入	在	一个	角度	到	有	提示	在

['sentə(r)] [ɒv; əv] ['mʌs(ə)l] .

center	of	muscle	.
中心	的	肌肉	.

这意味着探针将以一定角度插入，使探针尖端位于肌肉中心。

[plʌg] ['ʌðə(r)] [end] [ɒv; əv] ['keɪb(ə)l] ['ɪntuː] ['sɒkɪt] [ɪn] ['ʌv(ə)n] [wɔːl] .

Plug	other	end	of	cable	into	socket	in	oven	wall	.
插头	其他	结尾	的	电缆	进入	插座	在	烤箱	墙	.

将电缆的另一端插入烤箱墙上的插座。

[tɜːn] [sɪ'lektə(r)] ['daɪəl] [tuː; tə] [dɪ'zaɪəd] [dɪ'griː] [ɒv; əv] ['dʌnnəs] .

Turn	selector	dial	to	desired	degree	of	doneness	.
转动	选择器	拨号	到	想要的	程度	的	完成	.

将选择旋钮旋转至所需的熟度。

[set] ['ʌv(ə)n] ['θɜːməstæt] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] .

Set	oven	thermostat	to	325	degrees	.
放	烤箱	恒温器	到	-	学位	.

将烤箱恒温器设置为325度。

[duː; də] [nɒt] [pʊt] [æn; ən] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [fɔɪl] ['kʌvə(r)] [ɒn] [miːt] [wen] [prəʊb] [ɪz] [juːst] .

DO	NOT	put	an	aluminum	foil	cover	on	meat	when	probe	is	used	.
做	不是	放	一个	铝	挫败	覆盖	在	肉	什么时候	探测	是	用过的	.

使用探针时，切勿用铝箔覆盖肉类。

[wen] ['rəʊstɪŋ] [ɪz] [kəm'plitɪd] , [ðə; ði] [kən'trəʊl] [ˌɔːtə'mætɪkli] ['sɪgnlz] ,

When	roasting	is	completed	,	the	control	automatically	signals	,
什么时候	烘焙	是	完全的	,	这	控制	自动地	信号	,

烘焙完成后，控制系统会自动发出信号。

[tɜːnz] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [ɒf] [ænd; ənd] / [ɔː(r)] [ɹɪdj'uːsɪz] [tuː; tə] [ænd; ənd] [mein'tein] [ə; eɪ] [kiːp] - [wɔːm]

turns	the	oven	off	and	/	or	reduces	to	and	maintains	a	keep	-	warm
转弯	这	烤箱	离开	和	/	或者	减少	到	和	保持	一个	保持	-	温暖的

['temprətʃə(r)] ,

temperature	,
温度	,

关闭烤箱和/或将烤箱温度调低并保持保温温度。

[dɪ'pendɪŋ] [ɒn] [ðə; ði] [taɪp] [ɒv; əv] [θə'mɒmɪtə(r)] .

depending	on	the	type	of	thermometer	.
取决于	在	这	类型	的	温度计	.

取决于温度计的类型。

[rɪ'fɜː(r)] [tuː; tə] [ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['bʊklət] [fɔː(r); fə(r)] ['fɜːðə(r)] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] . -

Refer	to	manufacturer's	instruction	booklet	for	further	information	.	24
参考	到	制造商的	操作说明	小册子	为了	更远	信息	.	-

更多信息请参阅制造商的使用说明书。24

[miːt] ['rəʊstɪŋ] [gaɪd]

MEAT	ROASTING	GUIDE
肉	烘焙	指导

烤肉指南

['ʌv(ə)n] ['temprətʃə(r)] - [dɪ'griːz]

OVEN	TEMPERATURE	325	DEGREES
烤箱	温度	-	学位

烤箱温度 325 度

[kʌt] [ə'prɒks] .
Cut **Approx** **.**
切 大约 .

切大约

['mɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd] ([θri:][tu:; tə][faɪv]['ɛl'bi:'ɛs] .)
Minutes **Per** **Pound** **(** **3** **to** **5** **lbs** **.** **)**
分钟 每 磅 (3 到 5 磅 .)

每磅所需时间（3至5磅）

[ə'prɒks] .
Approx **.**
大约 .

大约

['mɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd] ([faɪv][tu:; tə][eit]['ɛl'bi:'ɛs] .)
Minutes **Per** **Pound** **(** **5** **to** **8** **lbs** **.** **)**
分钟 每 磅 (5 到 8 磅 .)

每磅所需时间（5至8磅）

[mi:t] [θə'mɒmɪtə(r)] ['ri:dɪŋ] [wen] [dʌn] ([dɪ'gri:z] [ef] .)
Meat **Thermometer** **Reading** **When** **Done** **(** **degrees** **F** **.** **)**
肉 温度计 阅读 什么时候 完毕 (学位 F .)

肉类烹饪完成时的温度计读数（华氏度）

[bi:f]
BEEF
牛肉

牛肉

[rəʊld] [rɪb]
Rolled **Rib**
滚动 肋骨

卷肋排

[reə(r)] - - - - - - -
Rare **31** **-** **36** **27** **-** **30** **140**
稀有的 - - - - - - -

罕见 31-36 27-30 140

['mi:diəm] - - - - - - -
Medium **36** **-** **40** **32** **-** **35** **160**
中等的 - - - - - - -

中等 36-40 32-35 160

[wel] - [dʌn] - - - - - - -
Well **-** **done** **40** **-** **45** **38** **-** **40** **170**
出色地 - 完毕 - - - - - - -

做得好 40-45 38-40 170

['stændɪŋ] [rɪb]
Standing **Rib**
常设 肋骨

立肋

[reə(r)] - - - - - - -
Rare **21** **-** **26** **17** **-** **22** **140**
稀有的 - - - - - - -

罕见 21-26 17-22 140

['mi:diəm] - - - - - - -
Medium **26** **-** **30** **22** **-** **26** **160**
中等的 - - - - - - -

中等 26-30 22-26 160

[wel] - [dʌn] - - - - - - -
Well - done 30 - 35 28 - 33 170
出色地 - 完毕 - - - - - - -

做得好 30-35 28-33 170

[viːl]
VEAL
小牛肉

小牛肉

[leg] - - - - -
Leg 35 - 40 30 170
腿 - - - - -

第35-40腿 30 170

[lɔɪn] - - -
Loin 35 30 170
腰部 - - -

腰肉 35 30 170

['ʃəʊldə(r)] ([bəʊnd] [ænd; ənd] [rəʊld]) - - -
Shoulder (boned and rolled) 45 40 170
肩膀 (骨 和 滚动) - - -

肩部（带骨卷边）45 40 170

[læm]
LAMB
羊肉

羊肉

[leg]
Leg
腿

腿

['miːdiəm] - - -
Medium 35 30 175
中等的 - - -

中等 35 30 175

[wel] - [dʌn] - - -
Well - done 40 35 182
出色地 - 完毕 - - -

做得好 40 35 182

['ʃəʊldə(r)] ([bəʊn] [ɪn]) - - - -
Shoulder (bone in) 30 - 35 182
肩膀 (骨 在) - - - -

肩胛骨（骨内）30-35 182

['ʃəʊldə(r)] ([bəʊnd] [ænd; ənd] [rəʊld]) - -
Shoulder (boned and rolled) 40 182
肩膀 (骨 和 滚动) - -

肩部（带骨卷边）40 182

[freʃ] [pɔːk]
FRESH PORK
新鲜的 猪肉

新鲜猪肉

[rɪb] [ænd; ənd] [lɔɪn] - - - - -
Rib and Loin 35 - 40 35 170
肋骨 和 腰部 - - - - -

肋排和腰肉 35-40 35 170

['ʃəʊldə(r)] , ['pɪknɪk] - - - - -
Shoulder , Picnic 40 35 - 40 185
肩膀 , 野餐 - - - - -

肩部，野餐 40 35-40 185

['ʃəʊldə(r)] , [bʌt] - - - -
Shoulder , Butt 50 - 55 185
肩膀 , 屁股 - - - -

肩部，臀部 50-55 185

[freʃ] [hæm] , [həʊl] (- - - ['ɛl'biː'ɛs] .) - - - -
Fresh Ham , Whole (10 - 14 lbs .) 35 - 40 185
新鲜的 火腿 , 所有的 (- - - 磅 .) - - - -

新鲜火腿，整条（10-14磅）35-40美元 185美元

[kʌt] ['mɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd] [miːt] [θə'mɒmɪtə(r)]
Cut Minutes Per Pound Meat Thermometer
切 分钟 每 磅 肉 温度计

每磅肉切割时间（分钟）肉温度计

['riːdɪŋ] [wen] [dʌn] ([dɪ'griːz] [ef] .)
Reading When Done (degrees F .)
阅读 什么时候 完毕 (学位 F .)

阅读完毕后的温度（华氏度）

[sməʊkt] [hæm] ([maɪld][kjʊə(r)])
SMOKED HAM (Mild Cure)
熏制 火腿 (温和的 治愈)

烟熏火腿（轻度腌制）

- ['ɛl'biː'ɛs] .
15 lbs .
- 磅 .

15磅

[ænd; ənd]['əʊvə(r)] - -
and over 20 160
和 超过 - -

以及超过 20160

- - - ['ɛl'biː'ɛs] . - - - -
12 - 15 lbs . 21 - 22 160
- - - 磅 . - - - -

12-15磅，21-22英寸，160英寸

- - - ['ɛl'biː'ɛs] . - - - -
10 - 12 lbs . 23 - 24 160
- - - 磅 . - - - -

10-12磅，23-24英寸，160磅

['ʌndə(r)] - ['ɛl'biː'ɛs] - - - -
Under 10 lbs 25 - 26 160
在下面 - 磅 - - - -

10磅以下 25-26 160

[hɑːf][hæmz] ([faɪv] - [eit]['ɛl'biː'ɛs] .) - - - -
Half Hams (5 - 8 lbs .) 26 - 28 160
一半 火腿 (5 - 8 磅 .) - - - -

半只火腿（5-8磅）26-28 160

['pɪknɪk] ['ʃəʊldə(r)] - - - -
Picnic Shoulder 30 - 35 170
野餐 肩膀 - - - -

野餐肩 30-35 170

['kɒtɪdʒ] [rəʊl] - - - -
Cottage Roll 35 - 40 170
小屋 卷 - - - -

农舍卷 35-40 170

['pəʊltri] ['rəʊstɪŋ] [gaɪd]
POULTRY ROASTING GUIDE
家禽 烘焙 指导

家禽烤制指南

[pleɪs] [brest] - [saɪd] [ʌp] [ɒn] [ræk] [ɪn] ['ʃæləʊ] [pæn] .
Place breast - side up on rack in shallow pan .
地方 胸部 - 边 向上 在 架子 在 浅的 平底锅 .

将鸡胸朝上放在浅烤盘的烤架上。

[brʌʃ] [skɪn] [wɪð] [fæt] [ɔː(r)] ['kʌvə(r)] [wɪð] [fæt] - ['mɔɪsnd] [klɒθ] .
Brush skin with fat or cover with fat - moistened cloth .
刷子 皮肤 和 胖的 或者 覆盖 和 胖的 - 湿润 布 .

在皮肤上刷上油脂，或者用浸过油脂的布覆盖皮肤。

['redi] - [tuː; tə] - [kʊk] [weɪt] ([paʊndz]) ['ʌv(ə)n] ['temprətʃə(r)] [ə'prɒks] .
Ready - to - Cook Weight (pounds) Oven Temperature Approx .
准备好 - 到 - 厨师 重量 (磅) 烤箱 温度 大约 .

烹饪前重量（磅） 烤箱温度（约）

['rəʊstɪŋ] [taɪm] [stʌft] (['aʊəz])
Roasting Time Stuffed (Hours)
烘焙 时间 填充 (小时)

烤制时间（小时）

['tʃɪkɪn] 1½ - 2½ - 1¼ - 22½ - 3½ - [ˌtuː'tuː] - 33½ - 4¾ - [θriː] - 3½
CHICKEN 1½ - 2½ 325 1¼ - 22½ - 3½ 325 2 - 33½ - 4¾ 325 3 - 3½
鸡 1½ - 2½ - 1¼ - 22½ - 3½ - 2 - 33½ - 4¾ - 3 - 3½

鸡肉 1½-2½ 325 1¼-22½-3½ 325 2-33½-4¾ 325 3-3½

['tɜːki] ([nəʊt] : [ʌn'stʌft] [bɜ͡ːdz] [rɪ'kwaɪə(r)] [faɪv] [mɪn] . [les] [taɪm] [pə(r)] ['el biː] .) [sɪks] - [eit] - [θriː]
TURKEY (Note : Unstuffed birds require 5 min . less time per lb .) 6 - 8 325 3
火鸡 (笔记 : 未填充的 鸟类 要求 5 最小 . 较少的 时间 每 磅 .) 6 - 8 - 3
- 3½8 - - - 3½ - 4½12 - - - 4½ - 5½16 - - - 5½ - 6½20 - - - 6½ - -
- 3½8 - 12 325 3½ - 4½12 - 16 325 4½ - 5½16 - 20 325 5½ - 6½20 - 24 325 6½ - 726
- 3½8 - - - 3½ - 4½12 - - - 4½ - 5½16 - - - 5½ - 6½20 - - - 6½ - -

火鸡（注：未填馅的火鸡每磅需减少5分钟烹饪时间）6-8只 325 3-3.5磅 8-12只 325 3.5-4.5磅 12-16只 325 4.5-5.5磅 16-20只 325 5.5-6.5磅 20-24只 325 6.5-7磅 26磅

['resəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] ['ʌv(ə)n]
RECIPES FOR OVEN
食谱 为了 烤箱

烤箱食谱

[pə'teɪtəʊ] [rəʊlz]
POTATO ROLLS
土豆 卷

土豆卷

[wʌn] [siː] . [mɪlk] , ['skɔːldɪd]
1 C . milk , scalded
1 C . 牛奶 , 烫伤

杯烫过的牛奶

[wʌn][siː] . [mæʃt] [pə'teɪtəʊz][ɔː(r)] ¼ [siː] . ['ɪnstənt] [pə'teɪtəʊz] [prɪ'peəd] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə] ['pækɪdʒ]

1	C	.	mashed	potatoes	or	¼	C	.	instant	potatoes	prepared	according	to	package
1	C	.	捣碎	土豆	或者	¼	C	.	立即的	土豆	准备	根据	到	包裹

[də'rekʃ(ə)nz]

directions
方向

杯土豆泥或 ¼ 杯速溶土豆泥，按照包装说明烹制。

¾ [siː] . ['ʃɔːtnɪŋ]

¾	C	.	shortening
¾	C	.	缩短

¾ C. 缩短

[wʌn][siː] . ['sɪftɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

1	C	.	sifted	all	-	purpose	flour
1	C	.	筛过的	全部	-	目的	面粉

杯过筛通用面粉

½ [siː] . ['ʃʊgə(r)]

½	C	.	sugar
½	C	.	糖

半杯糖

[wʌn][tiː biː es piː] .

1	Tbsp	.
1	汤匙	.

汤匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[wʌn] [keɪk] [kəm'prest] [jiːst]

1	cake	compressed	yeast
1	蛋糕	压缩	酵母

1块压缩酵母

½ [siː] . [ˌluːk'wɔːm] ['wɔːtə(r)]

½	C	.	lukewarm	water
½	C	.	温	水

½ 杯温水

[ˌtuː'tuː] [egz] , ['biːt(ə)n]

2	eggs	,	beaten
2	鸡蛋	,	被打败

2个鸡蛋，打散

4½ [tuː; tə][faɪv][siː] . ['sɪftɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

4½	to	5	C	.	sifted	all	-	purpose	flour
4½	到	5	C	.	筛过的	全部	-	目的	面粉

4.5 至 5 杯过筛通用面粉

[kəm'baɪn] [mɪlk] , [pə'teɪtəʊz] , ['ʃɔːtnɪŋ] , [wʌn][siː] . ['flaʊə(r)] , ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][sɔːlt][ɪn] [lɑːdʒ] ['mɪksɪŋ]

Combine	milk	,	potatoes	,	shortening	,	1	C	.	flour	,	sugar	and	salt	in	large	mixing
结合	牛奶	,	土豆	,	缩短	,	1	C	.	面粉	,	糖	和	盐	在	大的	混合

[bəʊl] ;

bowl	;
碗	;

将牛奶、土豆、起酥油、1 杯面粉、糖和盐放入一个大搅拌碗中混合；

[let] [stænd] [ʌn'tɪl] [ˌluːk'wɔːm] .
let **stand** **until** **lukewarm** **.**
让 站立 直到 温 .

静置至温热。

[ˌeɪ diː 'diː] [jiːst] ['sɔfənd] [ɪn] [ˌluːk'wɔːm] ['wɔːtə(r)] ; [ˌeɪ diː 'diː] [egz] .
Add **yeast** **softened** **in** **lukewarm** **water** **;** **add** **eggs** **.**
添加 酵母 软化 在 温 水 ; 添加 鸡蛋 .

加入用温水软化的酵母；加入鸡蛋。

[let] [stænd] [wʌn] ['aʊə(r)] .
Let **stand** **1** **hour** **.**
让 站立 1 小时 .

静置1小时。

[stɜː(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] 4½ [tuː; tə] [faɪv] [siː] . ['flaʊə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] ['slaɪtli] [stɪf] [dəʊ] .
Stir **and** **add** **4½** **to** **5** **C** **.** **flour** **to** **make** **a** **slightly** **stiff** **dough** **.**
搅拌 和 添加 4½ 到 5 C . 面粉 到 制作 一个 轻微地 僵硬的 面团 .

搅拌，加入 4½ 至 5 杯面粉，揉成略硬的面团。

[niːd] [ʌn'tɪl] [smuːð] [ɒn] ['laɪtli] ['flaʊəd] ['sɜːfɪs] .
Knead **until** **smooth** **on** **lightly** **floured** **surface** **.**
揉 直到 光滑的 在 轻轻 撒了面粉 表面 .

在撒了少许面粉的案板上揉至光滑。

[rɪ'tɜːn] [tuː; tə] [griːzd] ['mɪksɪŋ] [bəʊl] .
Return **to** **greased** **mixing** **bowl** **.**
返回 到 涂油 混合 碗 .

放回抹了油的搅拌碗中。

[let] [raɪz] [ə'baʊt] [wʌn] ['aʊə(r)] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['dʌbld] [ɪn] [bʌlk] .
Let **rise** **about** **1** **hour** **or** **until** **doubled** **in** **bulk** **.**
让 上升 关于 1 小时 或者 直到 双倍 在 大部分 .

发酵约1小时或直至体积增大一倍。

[ʃeɪp] [dɪ'zaɪəd] ['nʌmbə(r)] [ɒv; əv] [rəʊlz] ; [pleɪs] [ɒn] [griːzd] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] ;
Shape **desired** **number** **of** **rolls** **;** **place** **on** **greased** **baking** **sheet** **;**
形状 想要的 数字 的 卷 ; 地方 在 涂油 烘烤 床单 ;

将所需数量的面团擀成卷状，放在涂油的烤盘上；

[let] [raɪz] [wʌn] [tuː; tə] 1¼ ['aʊəz] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['dʌbld] [ɪn] [bʌlk] .
let **rise** **1** **to** **1¼** **hours** **or** **until** **doubled** **in** **bulk** **.**
让 上升 1 到 1¼ 小时 或者 直到 双倍 在 大部分 .

静置发酵 1 至 1¼ 小时，或直至体积增大一倍。

[beɪk] [ɪn] [gæs] ['ʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪ'griːz] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **425** **degrees** **10** **to** **12** **minutes** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 - 到 - 分钟 .

在燃气烤箱中以 425 度烘烤 10 至 12 分钟。

[meɪks] [θriː] ['dʌz(ə)n] ['miːdiəm] - [saɪzd] [rəʊlz] .
Makes **3** **dozen** **medium** **-** **sized** **rolls** **.**
制作 3 打 中等的 - 尺寸 卷 .

可制作 36 个中等大小的面包卷。

[nəʊt] : [pʌntʃ] [daʊn] [ʌn'juːzd] [dəʊ] , ['kʌvə(r)] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] [rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)] [ʌn'tɪl] ['redi] [tuː; tə] [juːz] .
NOTE **:** **Punch** **down** **unused** **dough** **,** **cover** **and** **place** **in** **refrigerator** **until** **ready** **to** **use** **.**
笔记 : 冲床 向下 未使用的 面团 , 覆盖 和 地方 在 冰箱 直到 准备好 到 使用 .

注意：将未使用的面团排气，盖好后放入冰箱冷藏，待用。

[fɔː(r); fə(r)] ['sɪnəmən] [rəʊlz] :
FOR **CINNAMON** **ROLLS** **:**
为了 肉桂 卷 :

肉桂卷:

[juːz] [ɪ'nʌf] [pə'teɪtəʊ][rəʊl] [dəʊ] [tuː; tə][rəʊl]['ɪntuː] - × [sɪks] ['ɪntʃɪz] ['rektæŋgl] , ¼ - [ɪntʃ] [θɪk] .
Use **enough** **Potato** **Roll** **dough** **to** **roll** **into** **12** **×** **6** **inches** **rectangle** **,** **¼** **-** **inch** **thick** **.**
使用 足够的 土豆 卷 面团 到 卷 进入 - × 6 英寸 长方形 , ¼ - 英寸 厚的 .

取足够的土豆卷面团，擀成 12 × 6 英寸的长方形，厚度为 ¼ 英寸。

[spred] [wɪð] ['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv] ¼ [siː] . ['meltɪd] ['bʌtə(r)] , ¼ [siː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [wʌn][tiː es piː] .
Spread **with** **mixture** **of** **¼** **C** **.** **melted** **butter** **,** **¼** **C** **.** **brown** **sugar** **,** **1** **tsp** **.**
传播 和 混合物 的 ¼ C . 融化 黄油 , ¼ C . 棕色的 糖 , 1 茶匙 .

涂抹由 ¼ 杯融化的黄油、¼ 杯红糖、1 茶匙混合而成的酱汁。

['sɪnəmən] [ænd; ənd] ¼ [siː] . [tʃɒpt] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] .
cinnamon **and** **¼** **C** **.** **chopped** **pecans** **.**
肉桂 和 ¼ C . 切碎 山核桃 .

肉桂粉和¼杯切碎的山核桃。

[rəʊl][æz; əz][fɔː(r); fə(r)]['dʒeli][rəʊl] , [kʌt]['ɪntuː][naɪn]['slaɪsɪz] .
Roll **as** **for** **jelly** **roll** **,** **cut** **into** **9** **slices** **.**
卷 作为 为了 果冻 卷 , 切 进入 9 切片 .

像卷果冻卷一样卷起来，切成 9 片。

['bʌtə(r)][ə; eɪ][naɪn] - [ɪntʃ] [skweə(r)] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd][pɔː(r)][ɪn] ¼ [siː] . [laɪt] [kɔːn] ['sɪrəp] .
Butter **a** **9** **-** **inch** **square** **baking** **dish** **and** **pour** **in** **¼** **C** **.** **light** **corn** **sirup** **.**
黄油 一个 9 - 英寸 正方形 烘烤 盘子 和 倒 在 ¼ C . 光 玉米 糖浆 .

在一个 9 英寸的方形烤盘上涂上黄油，倒入 ¼ 杯淡玉米糖浆。

[pleɪs] [rəʊlz] , [kʌt] [saɪd] [ʌp] , [ɪn] [dɪʃ] .
Place **rolls** **,** **cut** **side** **up** **,** **in** **dish** **.**
地方 卷 , 切 边 向上 , 在 盘子 .

将面包卷切面朝上放入盘中。

[let] [raɪz][wʌn][tuː; tə] 1½ ['aʊəz] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] ['dʌbld] [ɪn] [bʌlk] .
Let **rise** **1** **to** **1½** **hours** **or** **until** **doubled** **in** **bulk** **.**
让 上升 1 到 1½ 小时 或者 直到 双倍 在 大部分 .

发酵 1 至 1.5 小时或直至体积增大一倍。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **425** **degrees** **12** **to** **15** **minutes** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 - 到 - 分钟 .

在燃气烤箱中以 425 度烘烤 12 至 15 分钟。

[meɪks] [naɪn][rəʊlz] .
Makes **9** **rolls** **.**
制作 9 卷 .

可做9卷。

['sʌðən] ['bʌtəmɪlk] ['bɪskɪts]
SOUTHERN **BUTTERMILK** **BISCUITS**
南部 酪乳 饼干

南方酪乳饼干

2¼ [siː] . ['sɪftɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]
2¼ **C** **.** **sifted** **all** **-** **purpose** **flour**
2¼ C . 筛过的 全部 - 目的 面粉

2¼ 杯过筛通用面粉

¾ [tiː es piː] .
¾ **tsp** **.**
¾ 茶匙 .

¾ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

['səʊdə]
soda
苏打

苏打

[wʌn][tiː biː es piː] .
1 **Tbsp** **.**
1 汤匙 .

汤匙

['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
baking **powder**
烘烤 粉末

发酵粉

½ [siː] . + [ˌtuːˈtuː][tiː biː es piː] .
½ **C** **.** **+** **2** **Tbsp** **.**
½ C . + 2 汤匙 .

½ 杯 + 2 汤匙

['ʃɔːtnɪŋ]
shortening
缩短

缩短

¾ [tuː; tə][wʌn][siː] . ['bʌtəmɪlk]
¾ **to** **1** **C** **.** **buttermilk**
¾ 到 1 C . 酪乳

¾ 至 1 杯酪乳

[sɪft] [təˈgeðə(r)] ['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , ['səʊdə][ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .
Sift **together** **flour** **,** **salt** **,** **soda** **and** **baking** **powder** **.**
筛 一起 面粉 , 盐 , 苏打 和 烘烤 粉末 .

将面粉、盐、小苏打和泡打粉一起过筛。

[kʌt] [ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] [wɪð] ['peɪstri] ['blendə(r)][ɔː(r)] [tuː] [naɪvz] [ʌnˈtɪl] ['mɪkstʃə(r)][rɪ'zemb(ə)lz] [kɔːs] [kɔːn]
Cut **in** **shortening** **with** **pastry** **blender** **or** **two** **knives** **until** **mixture** **resembles** **coarse** **corn**
切 在 缩短 和 糕点 混合器 或者 二 刀具 直到 混合物 类似 粗 玉米
[miːl] .
meal **.**
一顿饭 .

用糕点搅拌器或两把刀将起酥油切入面粉中，直到混合物呈粗玉米粉状。

[stɜː(r)][ɪn] ¾ [siː] . [mɪlk] .
Stir **in** **¾** **C** **.** **milk** **.**
搅拌 在 ¾ C . 牛奶 .

拌入¾杯牛奶。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ɪˈnʌf] [mɔː(r)][mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [dəʊ] [laɪt] [ænd; ənd] [sɒft] [bʌt; bət] [nɒt] ['stɪki] .
Add **enough** **more** **milk** **to** **make** **dough** **light** **and** **soft** **but** **not** **sticky** **.**
添加 足够的 更多的 牛奶 到 制作 面团 光 和 柔软的 但 不是 黏 .

加入足够的牛奶，使面团蓬松柔软但不粘手。

[tɜːn] [aʊt] [ɒn] ['laɪtli] ['flaʊəd] [bɔːd] [ɔː(r)] ['peɪstri] [klɒθ] .

Turn	**out**	**on**	**lightly**	**floured**	**board**	**or**	**pastry**	**cloth**	**.**
转动	出去	在	轻轻	撒了面粉	木板	或者	糕点	布	.

将面团倒在撒了少许面粉的案板或糕点布上。

[niːd] ['dʒentli] [ə'baʊt] [sɪks] [taɪmz] .

Knead	**gently**	**about**	**6**	**times**	**.**
揉	轻轻地	关于	6	时代	.

轻轻揉捏约 6 次。

[rəʊl] [dəʊ] [tuː; tə] ½ - [ɪntʃ] ['θɪknəs] .

Roll	**dough**	**to**	**½**	**-**	**inch**	**thickness**	**.**
卷	面团	到	½	-	英寸	厚度	.

将面团擀至½英寸厚。

[kʌt] [wɪð] ['flaʊəd] ['bɪskɪt] ['kʌtə(r)] .

Cut	**with**	**floured**	**biscuit**	**cutter**	**.**
切	和	撒了面粉	饼干	刀具	.

用撒了面粉的饼干模具切割。

[pleɪs] [ɒn] [ʌn'griːst] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] .

Place	**on**	**ungreased**	**baking**	**sheet**	**.**
地方	在	未涂油的	烘烤	床单	.

放在未涂油的烤盘上。

[beɪk] [ɪn] [gæs] ['ʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪ'griːz] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Bake	**in**	**Gas**	**oven**	**at**	**450**	**degrees**	**10**	**to**	**12**	**minutes**	**.**
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	-	到	-	分钟	.

在燃气烤箱中以 450 度烘烤 10 至 12 分钟。

[meɪks] [ə'baʊt] - [ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['bɪskɪts] .

Makes	**about**	**12**	**2**	**-**	**inch**	**biscuits**	**.**
制作	关于	-	2	-	英寸	饼干	.

大约可以做12个2英寸的饼干。

['lemən] [bred]

LEMON	**BREAD**
柠檬	面包

柠檬面包

[sɪks] [tiː biː es piː] .

6	**Tbsp**	**.**
6	汤匙	.

汤匙

['ʃɔːtnɪŋ]

shortening
缩短

缩短

[wʌn] [siː] . ['ʃʊgə(r)]

1	**C**	**.**	**sugar**
1	C	.	糖

杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz] , ['biːt(ə)n]

2	**eggs**	**,**	**beaten**
2	鸡蛋	,	被打败

2个鸡蛋，打散

[wʌn] [tiː biː es piː] .

1	**Tbsp**	**.**
1	汤匙	.

汤匙

['greɪtɪd] ['lemən] [pi:l]
grated **lemon** **peel**
磨碎的 柠檬 果皮

磨碎的柠檬皮

1½ [si:] . ['sɪftɪd] [ɔ:l] - ['pɜ:pəs] ['flaʊə(r)]
1½ **C** **.** **sifted** **all** **-** **purpose** **flour**
1½ C . 筛过的 全部 - 目的 面粉

1.5 杯过筛通用面粉

[wʌn][ti: es pi:] .
1 **tsp** **.**
1 茶匙 .

茶匙

['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
baking **powder**
烘烤 粉末

发酵粉

½ [ti: es pi:] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔ:lt]
salt
盐

盐

½ [si:] . [mɪlk]
½ **C** **.** **milk**
½ C . 牛奶

半杯牛奶

½ [si:] . [tʃɒpt] ['ɪŋglɪʃ] ['wɔ:lnʌts]
½ **C** **.** **chopped** **English** **walnuts**
½ C . 切碎 英语 核桃

½ 杯切碎的英国核桃

⅓ [si:] . ['ʃʊgə(r)]
⅓ **C** **.** **sugar**
⅓ C . 糖

三分之一杯糖

[θri:][ti: bi: es pi:] .
3 **Tbsp** **.**
3 汤匙 .

汤匙

['lemən][dʒu:s]
lemon **juice**
柠檬 汁

柠檬汁

[kri:m] ['ʃɔ:tnɪŋ] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream **shortening** **and** **sugar** **.**
奶油 缩短 和 糖 .

奶油、起酥油和糖。

[ˌeɪ di: 'di:]['bi:t(ə)n] [egz] [ænd; ənd]['lemən] [pi:l] .
Add **beaten** **eggs** **and** **lemon** **peel** **.**
添加 被打败 鸡蛋 和 柠檬 果皮 .

加入打散的鸡蛋和柠檬皮。

[sɪft] ['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] [ænd; ənd] [sɔ:lt] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ di: 'di:] [ɔ:l'tɜ:nətli] [wɪð] [mɪlk] .

Sift	**flour**	**,**	**baking**	**powder**	**and**	**salt**	**together**	**and**	**add**	**alternately**	**with**	**milk**	**.**
筛	面粉	,	烘烤	粉末	和	盐	一起	和	添加	交替	和	牛奶	.

将面粉、泡打粉和盐一起过筛，然后与牛奶交替加入。

[fəʊld] [ɪn] [nʌts] .

Fold	**in**	**nuts**	**.**
折叠	在	坚果	.

拌入坚果。

[pɔ:(r)] ['ɪntu:] [gri:zd] [ænd; ənd] ['flaʊəd] 8½ × 4½ × 2½ - [ɪntʃ] [ləʊf] [pæn] .

Pour	**into**	**greased**	**and**	**floured**	**8½**	**×**	**4½**	**×**	**2½**	**-**	**inch**	**loaf**	**pan**	**.**
倒	进入	涂油	和	撒了面粉	8½	×	4½	×	2½	-	英寸	面包	平底锅	.

倒入已抹油撒粉的 8½ × 4½ × 2½ 英寸面包模具中。

[beɪk] [ɪn] [gæs] ['ʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪ'gri:z] [fɔ:(r); fə(r)] [wʌn] ['aʊə(r)] [ɔ:(r)] [ʌn'tɪl] [dʌn] [ænd; ənd] ['laɪtli] [braʊn] [ɒn] [tɒp] .

Bake	**in**	**Gas**	**oven**	**at**	**350**	**degrees**	**for**	**1**	**hour**	**or**	**until**	**done**	**and**	**lightly**	**browned**	**on**	**top**	**.**
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	或者	直到	完毕	和	轻轻	棕色	在	顶部	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时，或直至烤熟且表面呈浅棕色。

[rɪ'mu:v] [frɒm; frəm] ['ʌv(ə)n] [ænd; ənd] [let] [ku:l] [ɪn] [pæn] - ['mɪnɪts] .

Remove	**from**	**oven**	**and**	**let**	**cool**	**in**	**pan**	**15**	**minutes**	**.**
消除	从	烤箱	和	让	凉爽的	在	平底锅	-	分钟	.

从烤箱中取出，在烤盘中冷却 15 分钟。

[dɪ'zɒlv] ⅓ [kʌp] ['ʃʊgə(r)] [ɪn] ['lemən] [dʒu:s] .

Dissolve	**⅓**	**cup**	**sugar**	**in**	**lemon**	**juice**	**.**
溶解	⅓	杯子	糖	在	柠檬	汁	.

将三分之一杯糖溶解在柠檬汁中。

[pɔ:(r)] ['əʊvə(r)] [bred] .

Pour	**over**	**bread**	**.**
倒	超过	面包	.

淋在面包上。

[let] [stænd] [fɔ:(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Let	**stand**	**for**	**10**	**minutes**	**.**
让	站立	为了	-	分钟	.

静置10分钟。

[rɪ'mu:v] [bred] [frɒm; frəm] [pæn] [ænd; ənd] [ku:l] .

Remove	**bread**	**from**	**pan**	**and**	**cool**	**.**
消除	面包	从	平底锅	和	凉爽的	.

将面包从烤盘中取出，放凉。

[ðɪs] [ɪz] [æn; ən] ['eksələnt] [bred] [tu:; tə] [ju:z] [fɔ:(r); fə(r)] ['bʌtəd] [ti:] ['sænwɪtʃz] . -

This	**is**	**an**	**excellent**	**bread**	**to**	**use**	**for**	**buttered**	**tea**	**sandwiches**	**.**	**27**
这	是	一个	出色的	面包	到	使用	为了	涂黄油的	茶	三明治	.	-

这款面包非常适合做涂黄油的茶点三明治。27

[pleɪn] ['peɪstri]

PLAIN	**PASTRY**
清楚的	糕点

原味糕点

2¼ [si:] . ['sɪftɪd] [ɔ:l] - ['pɜ:pəs] ['flaʊə(r)]

2¼	**C**	**.**	**sifted**	**all**	**-**	**purpose**	**flour**
2¼	C	.	筛过的	全部	-	目的	面粉

2¼ 杯过筛通用面粉

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[faɪv][tiː biː es piː] . ['wɔːtə(r)]

5	Tbsp	.	water
5	汤匙	.	水

汤匙水

¾ [siː] . ['ʃɔːtnɪŋ]

¾	C	.	shortening
¾	C	.	缩短

¾ C. 缩短

[sɪft]['flaʊə(r)][ænd; ənd][sɔːlt]['ɪntuː] [bəʊl] .

Sift	flour	and	salt	into	bowl	.
筛	面粉	和	盐	进入	碗	.

将面粉和盐筛入碗中。

[rɪ'muːv] ⅓ [siː] . ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd][kəm'baɪn] [wɪð] ['wɔːtə(r)][tuː; tə] [fɔːm] [peɪst] .

Remove	⅓	C	.	flour	mixture	and	combine	with	water	to	form	paste	.
消除	⅓	C	.	面粉	混合物	和	结合	和	水	到	形式	粘贴	.

取出 ⅓ 杯面粉混合物，加水调成糊状。

[kʌt] ['ʃɔːtnɪŋ] ['ɪntuː] [rɪ'meɪnɪŋ] ['flaʊə(r)][ʌn'tɪl] ['piːsɪz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][saɪz][ɒv; əv] ['piːz] .

Cut	shortening	into	remaining	flour	until	pieces	are	the	size	of	peas	.
切	缩短	进入	其余的	面粉	直到	件	是	这	尺寸	的	豌豆	.

将起酥油切成豌豆大小的颗粒，拌入剩余的面粉中。

[ˌeɪ diː 'diː] [peɪst] [tuː; tə] ['ʃɔːtnɪŋ] - ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)] .

Add	paste	to	shortening	-	flour	mixture	.
添加	粘贴	到	缩短	-	面粉	混合物	.

将糊状物加入起酥油和面粉的混合物中。

[mɪks][ænd; ənd] [ʃeɪp] ['ɪntuː][bɔːl] .

Mix	and	shape	into	ball	.
混合	和	形状	进入	球	.

混合均匀，揉成球状。

[fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [krʌst] , [pleɪs] [hɑːf][ðə; ði]['peɪstri][ɒn] ['flaʊəd] [bɔːd] [ɔː(r)]['peɪstri] [klɒθ] .

For	each	crust	,	place	half	the	pastry	on	floured	board	or	pastry	cloth	.
为了	每个	地壳	,	地方	一半	这	糕点	在	撒了面粉	木板	或者	糕点	布	.

将每份饼皮的一半放在撒了面粉的案板或糕点布上。

[rəʊl] ⅛ - [ɪntʃ] [θɪk] [wɪð] [ʃɔːt] , [laɪt] [streʊks] [frɒm; frəm]['sentə(r)][aʊt] , ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]['sɜːkjələ(r)][ɪn] [ʃeɪp] .

Roll	⅛	-	inch	thick	with	short	,	light	strokes	from	center	out	,	keeping	it	circular	in	shape	.
卷	⅛	-	英寸	厚的	和	短的	,	光	笔画	从	中心	出去	,	保持	它	圆	在	形状	.

用短而轻柔的笔触从中心向外擀成⅛英寸厚，保持圆形。

[meɪks] [ˌtuː'tuː][naɪn] - [ɪntʃ] [krʌsts] .

Makes	2	nine	-	inch	crusts	.
制作	2	九	-	英寸	外壳	.

可制作两个九英寸的饼皮。

[nəʊt] : [fɔː(r); fə(r)] [beɪkt] [ʃel] : - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Note : **For** **baked** **shell** : **450** **degrees** **for** **10** **to** **12** **minutes** .

笔记 : 为了 烘焙 壳 : - 学位 为了 - 到 - 分钟 .

注：烘烤外壳：450 度烘烤 10 至 12 分钟。

['lemən] [mə'ræŋ] [paɪ]

LEMON **MERINGUE** **PIE**

柠檬 蛋白酥皮 馅饼

柠檬蛋白派

¾ [siː] . ['ʃʊgə(r)]

¾ **C** . **sugar**

¾ C . 糖

¾ 杯糖

½ [siː] . [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

½ **C** . **all** - **purpose** **flour**

½ C . 全部 - 目的 面粉

½ 杯通用面粉

[ˌtuː'tuː][tiː biː es piː] .

2 **Tbsp** .

2 汤匙 .

汤匙

['kɔːnstɑːtʃ]

cornstarch

玉米淀粉

玉米淀粉

½ [tiː es piː] .

½ **tsp** .

½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]

salt

盐

盐

2¼ [siː] . ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]

2¼ **C** . **boiling** **water**

2¼ C . 沸腾 水

2¼ 杯沸水

[θriː] [egz] , ['sepəreɪtɪd]

3 **eggs** , **separated**

3 鸡蛋 , 分开

3个鸡蛋，分开

¼ [siː] . ['ʃʊgə(r)]

¼ **C** . **sugar**

¼ C . 糖

¼ 杯糖

[sɪks][tiː biː es piː] .

6 **Tbsp** .

6 汤匙 .

汤匙

['lemən][dʒuːs]

lemon **juice**

柠檬 汁

柠檬汁

[wʌn][tiː biː es piː] .
1 **Tbsp** **.**
1 汤匙 .

汤匙

['greɪtɪd] ['lemən] [piːl]
grated **lemon** **peel**
磨碎的 柠檬 果皮

磨碎的柠檬皮

[wʌn] [beɪkt] [naɪn] - [ɪntʃ] [paɪ] [ʃel]
1 **baked** **9** **-** **inch** **pie** **shell**
1 烘焙 9 - 英寸 馅饼 壳

个烤好的 9 英寸派皮

[kəm'baɪn] ¾ [siː] . ['ʃʊgə(r)] [wɪð] ['flaʊə(r)] , ['kɔːnstɑːtʃ] [ænd; ənd][sɔːlt][ɪn] ['sɔːspən] .
Combine **¾** **C** **.** **sugar** **with** **flour** **,** **cornstarch** **and** **salt** **in** **saucepan** **.**
结合 ¾ C . 糖 和 面粉 , 玉米淀粉 和 盐 在 平底锅 .

将 ¾ 杯糖与面粉、玉米淀粉和盐一起放入平底锅中。

['sləʊli] [ˌeɪ diː 'diː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] [tuː; tə] [kiːp] [smuːð] .
Slowly **add** **boiling** **water** **,** **stirring** **constantly** **to** **keep** **smooth** **.**
缓慢地 添加 沸腾 水 , 搅拌 不断地 到 保持 光滑的 .

慢慢加入沸水，不断搅拌以保持顺滑。

[kʊk] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] ,
Cook **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **200** **degrees** **,** **stirring** **constantly** **,**
厨师 在 恒温 顶部 刻录机 在 - 学位 , 搅拌 不断地 ,

用恒温炉灶以200度烹饪，并不断搅拌。

[ʌn'tɪl] [smuːð] [ænd; ənd] [θɪk] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [maʊnd] [wen] [drɒpt] [frɒm; frəm] [spuːn] .
until **smooth** **and** **thick** **enough** **to** **mound** **when** **dropped** **from** **spoon** **.**
直到 光滑的 和 厚的 足够的 到 冢 什么时候 掉落 从 勺子 .

直至变得光滑浓稠，用勺子舀起时能堆成小山状。

[rɪ'djuːs] ['temprətʃə(r)] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] ; ['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] - ['mɪnɪts] .
Reduce **temperature** **to** **190** **degrees** **;** **cover** **and** **cook** **15** **minutes** **.**
减少 温度 到 - 学位 ; 覆盖 和 厨师 - 分钟 .

将温度降至 190 度；盖上盖子煮 15 分钟。

[biːt] [eg] [jəʊk] [wɪð] ¼ [siː] . ['ʃʊgə(r)] ; ['grædʒuəli][stɜː(r)][hɒt] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː] [eg] [jəʊk]['mɪkstʃə(r)] .
Beat **egg** **yolks** **with** **¼** **C** **.** **sugar** **;** **gradually** **stir** **hot** **filling** **into** **egg** **yolk** **mixture** **.**
打 蛋 蛋黄 和 ¼ C . 糖 ; 逐步地 搅拌 热的 填充 进入 蛋 蛋黄 混合物 .

将蛋黄与 1/4 杯糖一起打散；将热馅料逐渐搅拌到蛋黄混合物中。

[rɪ'tɜːn] [tuː; tə][pæn][ænd; ənd][kən'tɪnjuː][tuː; tə] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)][faɪv] ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] [ə'keɪʒnəli] .
Return **to** **pan** **and** **continue** **to** **cook** **for** **5** **minutes** **,** **stirring** **occasionally** **.**
返回 到 平底锅 和 继续 到 厨师 为了 5 分钟 , 搅拌 偶尔 .

将食材放回锅中，继续煮 5 分钟，偶尔搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː]['lemən][dʒuːs][ænd; ənd] [piːl] ; [mɪks] [wel] .
Add **lemon** **juice** **and** **peel** **;** **mix** **well** **.**
添加 柠檬 汁 和 果皮 ; 混合 出色地 .

加入柠檬汁和柠檬皮，搅拌均匀。

[pɔː(r)]['ɪntuː][paɪ] [ʃel] .
Pour **into** **pie** **shell** **.**
倒 进入 馅饼 壳 .

倒入派皮中。

[mə'ræŋ] :
MERINGUE **:**
蛋白酥皮 :

蛋白酥皮:

[θriː] [eg] ['waɪts]
3 **egg** **whites**
3 蛋 白人

3个蛋清

¼ [tiː es piː] .
¼ **tsp** **.**
¼ 茶匙 .

¼ 茶匙

[kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)]
cream **of** **tartar**
奶油 的 鞑靼

塔塔粉

[sɪks][tiː biː es piː] . ['ʃʊgə(r)]
6 **Tbsp** **.** **sugar**
6 汤匙 . 糖

汤匙糖

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'stræktˌ [ɪf] [dɪ'zaɪəd]
vanilla **extract** **,** **if** **desired**
香草 提炼 , 如果 想要的

香草精（可选）

[biːt] [eg] ['waɪts] [wɪð] [kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)] [ʌn'tɪl] ['frɒθi] .
Beat **egg** **whites** **with** **cream** **of** **tartar** **until** **frothy** **.**
打 蛋 白人 和 奶油 的 鞑靼 直到 泡沫状的 .

将蛋清和塔塔粉搅打至起泡。

['grædʒuəli] [biːt] [ɪn]['ʃʊgə(r)] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .
Gradually **beat** **in** **sugar** **,** **a** **little** **at** **a** **time** **.**
逐步地 打 在 糖 , 一个 小的 在 一个 时间 .

慢慢地、一点一点地加入糖，搅拌均匀。

[kən'tɪnjuː] ['biːtɪŋ] [ʌn'tɪl] [stɪf] [ænd; ənd] ['glɒsi] .
Continue **beating** **until** **stiff** **and** **glossy** **.**
继续 殴打 直到 僵硬的 和 光滑 .

继续搅拌至质地硬挺有光泽。

[blend] [ɪn] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'stræktˌ
Blend **in** **vanilla** **extract** **.**
混合 在 香草 提炼 .

加入香草精。

[paɪl] [mə'ræŋ] ['ɒntə][paɪ] ['fɪlɪŋ] ,
Pile **meringue** **onto** **pie** **filling** **,**
桩 蛋白酥皮 到 馅饼 填充 ,

将蛋白霜堆放在馅饼馅料上，

['biːɪŋ] ['keəf(ə)l][tuː; tə] [siːl] [ðə; ði] [mə'ræŋ] [tuː; tə] [edʒ] [ɒv; əv] [krʌst] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ʃrɪŋkɪŋ] .
being **careful** **to** **seal** **the** **meringue** **to** **edge** **of** **crust** **to** **prevent** **shrinking** **.**
存在 小心 到 海豹 这 蛋白酥皮 到 边缘 的 地壳 到 防止 收缩 .

小心地将蛋白霜封口到饼皮边缘，以防止收缩。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **350** **degrees** **for** **12** **to** **15** **minutes** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 - 到 - 分钟 .

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 12 至 15 分钟。

[kuːl] ['grædʒuəli] , [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [drɑːfts] .

Cool	**gradually**	**,**	**away**	**from**	**drafts**	**.**
凉爽的	逐步地	,	离开	从	草稿	.

缓慢冷却，远离通风口。

['tɒfi] [triːts]

TOFFEE	**TREATS**
奶糖	款待

太妃糖

[wʌn] [siː] . ['bʌtə(r)] [ɔː(r)] [ˌmɑːdʒə'riːn]

1	**C**	**.**	**butter**	**or**	**margarine**
1	C	.	黄油	或者	人造黄油

杯黄油或人造黄油

[wʌn] [siː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

1	**C**	**.**	**brown**	**sugar**	**,**	**packed**
1	C	.	棕色的	糖	,	包装

杯红糖（压实）

[wʌn] [eg]

1	**egg**
1	蛋

1个鸡蛋

[ˌtuːˈtuː] [siː] . ['sɪftɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

2	**C**	**.**	**sifted**	**all**	**-**	**purpose**	**flour**
2	C	.	筛过的	全部	-	目的	面粉

杯过筛通用面粉

[wʌn] [tiː es piː] .

1	**tsp**	**.**
1	茶匙	.

茶匙

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]

vanilla	**extract**
香草	提炼

香草精

[wʌn] [sɪks] - [ˌəʊ 'zed] . [ˌpiːˈkeɪˈdʒiː] .

1	**6**	**-**	**oz**	**.**	**pkg**	**.**
1	6	-	盎司	.	包装	.

包 6 盎司装

['semi] - [swiːt] ['tʃɒklət] ['piːsɪz] , ['meltɪd]

semi	**-**	**sweet**	**chocolate**	**pieces**	**,**	**melted**
半	-	甜的	巧克力	件	,	融化

半甜巧克力块，融化

½ [siː] . ['faɪnli] [tʃɒpt] [nʌts]

½	**C**	**.**	**finely**	**chopped**	**nuts**
½	C	.	精细地	切碎	坚果

½ 杯切碎的坚果

[kriːm] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] .

Cream	**butter**	**and**	**sugar**	**.**
奶油	黄油	和	糖	.

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] ; [mɪks] [wel] .

Add	**egg**	**;**	**mix**	**well**	**.**
添加	蛋	;	混合	出色地	.

加入鸡蛋，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː ˈdiː]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [və'nɪlə] ; [blend] .

Add	flour	and	vanilla	;	blend	.
添加	面粉	和	香草	;	混合	.

加入面粉和香草精，搅拌均匀。

[spred] [dəʊ] [tuː; tə] ½ - [ɪntʃ] ['θɪknəs] [ɒn][ə; eɪ] - × - - [ɪntʃ] [griːzd] ['kʊki] [ʃiːt] [ɔː(r)][ɪn]

Spread	dough	to	½	-	inch	thickness	on	a	17	×	14	-	inch	greased	cooky	sheet	or	in
传播	面团	到	½	-	英寸	厚度	在	一个	-	×	-	-	英寸	涂油	饼干	床单	或者	在

[ə; eɪ] 15½ × 10½ - [ɪntʃ] ['dʒeli][rəʊl][pæn] .

a	15½	×	10½	-	inch	jelly	roll	pan	.
一个	15½	×	10½	-	英寸	果冻	卷	平底锅	.

将面团擀成 ½ 英寸厚，铺在 17 × 14 英寸的涂油烤盘上，或者铺在 15½ × 10½ 英寸的果冻卷烤盘上。

[spred] [wɪð] ['meltɪd] ['tʃɒklət] .

Spread	with	melted	chocolate	.
传播	和	融化	巧克力	.

涂上融化的巧克力。

['sprɪŋk(ə)l] [nʌts] ['əʊvə(r)][tɒp][ænd; ənd] [pres] ['ɪntuː] ['tʃɒklət] .

Sprinkle	nuts	over	top	and	press	into	chocolate	.
撒	坚果	超过	顶部	和	按	进入	巧克力	.

在巧克力表面撒上坚果碎，然后压入巧克力中。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Bake	in	Gas	oven	at	375	degrees	for	15	to	20	minutes	.
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	-	到	-	分钟	.

在燃气烤箱中以 375 度烘烤 15 至 20 分钟。

[skɔː(r)] [waɪl] [stɪl] [wɔːm] .

Score	while	still	warm	.
分数	尽管	仍然	温暖的	.

趁热得分。

[wen] [kuːl] , [kʌt][ænd; ənd] [rɪ'muːv] [frɒm; frəm] ['kʊki] [ʃiːt] .

When	cool	,	cut	and	remove	from	cooky	sheet	.
什么时候凉爽的		,	切	和	消除	从	饼干	床单	.

冷却后，切块并从烤盘上取下。

[meɪks] [ə'prɒksɪmətli] [fɔː'r]['dʌz(ə)n] ['kʊkiz] . -

Makes	approximately	4	dozen	cookies	.	28
制作	大约	4	打	曲奇饼	.	-

大约可做4打饼干。28

[ləʊ] - ['temprətʃə(r)] ['ʌv(ə)n] [kən'trəʊl]

LOW	-	TEMPERATURE	OVEN	CONTROL
低的	-	温度	烤箱	控制

低温烤箱控制

[jɔː(r); jə(r)] [njuː] [gæs][reɪndʒ][hæz; həz][ə; eɪ] [njuː] [taɪp] [ɒv; əv]['ʌv(ə)n] ['θɜːməstæt] [ðæt] [prə'vaɪdz] [ləʊ] -

Your	new	Gas	range	has	a	new	type	of	oven	thermostat	that	provides	low	-
你的	新的	气体	范围	有	一个	新的	类型	的	烤箱	恒温器	那	提供	低的	-

['temprətʃə(r)] [hiːt] [kən'trəʊl][frɒm; frəm] 140° [tuː; tə] 225° .

temperature	heat	control	from	140°	to	225°	.
温度	热	控制	从	140°	到	225°	.

您的新燃气灶配备了新型烤箱恒温器，可提供 140° 至 225° 的低温加热控制。

[ðɪs] [njuː] ['fiːtʃə(r)] [hæz; həz] [mɪ'rækjələsli] ['əʊpənd] [ʌp][ə; eɪ] [njuː] ['temprətʃə(r)] ['eəriə] [wɪð] ['meni]

This	new	feature	has	miraculously	opened	up	a	new	temperature	area	with	many
这	新的	特征	有	奇迹般地	打开	向上	一个	新的	温度	区域	和	许多

['speʃ(ə)l]['juːzɪz; 'juːsɪz] .

special	uses	.
特别的	用途	.

这项新功能奇迹般地开辟了一个新的温度领域，并具有许多特殊用途。

[siː] ['peɪdʒɪz] - [ænd; ənd] - [tuː; tə] [siː] [haʊ] [ðɪs] [kən'trəʊl] [wɪl] [help] [juː; jʊ] !

See	pages	30	and	31	to	see	how	this	control	will	help	you	!
看	页面	-	和	-	到	看	如何	这	控制	将要	帮助	你	!

请参阅第 30 页和第 31 页，了解此控件将如何帮助您！

['dʒen(ə)rəl] [juːz]

GENERAL	USE
一般的	使用

一般用途

['ʌv(ə)n] [ˌɒpə'reɪʃ(ə)n]

OVEN	OPERATION
烤箱	手术

烤箱操作

[juː; jʊ] [wɪl] ['nəʊtɪs] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ˌkærəktə'rɪstɪks] [wɪð] [ðə; ði] [njuː] [ləʊ] - ['temprətʃə(r)] ['ʌv(ə)n]

You	will	notice	the	following	characteristics	with	the	new	low	-	temperature	oven
你	将要	注意	这	下列的	特征	和	这	新的	低的	-	温度	烤箱

[kən'trəʊl] : [wʌn] .

control	:	1	.
控制	:	1	.

您会注意到新型低温烤箱控制具有以下特点：1.

['ɑːftə(r)] ['tɜːnɪŋ] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [kən'trəʊl] [tuː; tə] [ðə; ði] [dɪ'zaɪəd] ['temprətʃə(r)] ,

After	turning	the	oven	control	to	the	desired	temperature	,
后	转弯	这	烤箱	控制	到	这	想要的	温度	,

将烤箱控制旋钮调至所需温度后，

[ðeə(r)] [wɪl] [biː; bi] [ə; eɪ] [slaɪt] [dɪ'leɪ] (['sevrəl] ['sekəndz; sɪ'kɒndz]) [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] ['bɜːnə(r)] ['kɒmz]

there	will	be	a	slight	delay	(	several	seconds	)	before	the	oven	burner	comes
那里	将要	是	一个	轻微	延迟	(	一些	秒	)	前	这	烤箱	刻录机	来

[ɒn] . [ˌtuː'tuː] .

on	.	2	.
在	.	2	.

烤箱燃烧器启动前会有短暂的延迟（几秒钟）。2.

[ðə; ði] ['ʌv(ə)n] ['bɜːnə(r)] [tɜːnz] [ɒn] [ænd; ənd] [ɒf] [æz; əz] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] ['ɔpəreɪts] [ɪk'sept] [æt; ət] [ðə; ði] " [brɔɪl]

The	oven	burner	turns	on	and	off	as	the	oven	operates	except	at	the	"	Broil
这	烤箱	刻录机	转弯	在	和	离开	作为	这	烤箱	运作	除了	在	这	"	烤

" ['setɪŋ] .

"	setting	.
"	环境	.

除了"烧烤"设置外，烤箱运行时，烤箱燃烧器会开启和关闭。

['beɪkɪŋ] [taɪmz] [ænd; ənd] ['temprətʃər] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ə'fektɪd] [baɪ] [ðə; ði] " [ɒf] - [ɒn] " [kən'trəʊl] .

Baking	times	and	temperatures	are	not	affected	by	the	"	off	-	on	"	control	.
烘烤	时代	和	温度	是	不是	做作的	经过	这	"	离开	-	在	"	控制	.

烘焙时间和温度不受"开/关"控制的影响。

[ˌpriː'hiːtɪŋ]

PREHEATING
预热

预热

[wen] ['juːzɪŋ] ['temprətʃər] [bɪ'ləʊ] 225° , [ˌpriː'hiːtɪŋ] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli] [ˌrekə'mendɪd] .

When	using	temperatures	below	225°	,	preheating	is	generally	recommended	.
什么时候	使用	温度	以下	225°	,	预热	是	一般来说	受到推崇的	.

当使用低于 225° 的温度时，一般建议进行预热。

[tuː; tə] [ˌpriː'hiːt] , [dʒʌst] [tɜːn] [ðə; ði] [kən'trəʊl] [tuː; tə] [ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [juː; jʊ] [wɒnt] .

To	preheat	,	just	turn	the	control	to	the	temperature	you	want	.
到	预热	,	只是	转动	这	控制	到	这	温度	你	想	.

预热时，只需将控制旋钮调到所需的温度即可。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt] ['nesəsəri] [tuː; tə] [tɜːn] [ˌaɪ ˈtiː][fɜːst][tuː; tə][ə; eɪ]['haɪə(r)] ['setɪŋ] .

It	is	not	necessary	to	turn	it	first	to	a	higher	setting	.
它	是	不是	必要的	到	转动	它	第一的	到	一个	更高	环境	.

无需先将其调高。

[ə'laʊ] - ['mɪnɪts] [fɔː(r); fə(r)] [ˌpriː'hiːtɪŋ] .

Allow	10	minutes	for	preheating	.
允许	-	分钟	为了	预热	.

预热时间需10分钟。

['kuːlɪŋ] [ðə; ði]['ʌv(ə)n]

COOLING	THE	OVEN
冷却	这	烤箱

冷却烤箱

['meni] ['reɪndʒɪz][hæv; həv][ðə; ði]['speʃ(ə)l] ['fiːtʃə(r)] [ɒv; əv] ['prəʊgræmd] ['kʊkɪŋ] [wɪtʃ] [ɹɪdj'uːsɪz][ðə; ði]

Many	ranges	have	the	special	feature	of	programmed	cooking	which	reduces	the
许多	范围	有	这	特别的	特征	的	程序	烹饪	哪个	减少	这

['kʊkɪŋ] ['temprətʃə(r)] [tuː; tə][ðə; ði] [kiːp] - [wɔːm] ['setɪŋ] [ˌɔːtə'mætɪkli] .

cooking	temperature	to	the	keep	-	warm	setting	automatically	.
烹饪	温度	到	这	保持	-	温暖的	环境	自动地	.

许多炉灶都具有程序烹饪的特殊功能，可以自动将烹饪温度降低到保温设置。

[haʊ'evə(r)] , [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [tuː] [weɪz] [tuː; tə] [kuːl] [ðə; ði]['ʌv(ə)n] ['mænjuəli] [tuː; tə][ə; eɪ]['ləʊə(r)]['həʊldɪŋ]

However	,	there	are	two	ways	to	cool	the	oven	manually	to	a	lower	holding
然而	,	那里	是	二	方式	到	凉爽的	这	烤箱	手动	到	一个	降低	保持

['temprətʃə(r)] : [wʌn] .

temperature	:	1	.
温度	:	1	.

但是，有两种方法可以手动将烤箱冷却到较低的保温温度：1.

[ðə; ði] ['kwɪkɪst] ['meθəd] [ɪz][tuː; tə] [tɜːn] [ðə; ði]['ʌv(ə)n][kən'trəʊl][tuː; tə][ðə; ði] [dɪ'zaɪəd] [ləʊ] -

The	quickest	method	is	to	turn	the	oven	control	to	the	desired	low	-
这	最快	方法	是	到	转动	这	烤箱	控制	到	这	想要的	低的	-

['temprətʃə(r)] ['setɪŋ] [ænd; ənd]['əʊpən][ðə; ði]['ʌv(ə)n][dɔː(r)][fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [tuː; tə]

temperature	setting	and	open	the	oven	door	for	10	to	15	minutes	to
温度	环境	和	打开	这	烤箱	门	为了	-	到	-	分钟	到

[ə'laʊ] [ɪk'ses] [hiːt] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp] .

allow	excess	heat	to	escape	.
允许	过量的	热	到	逃脱	.

最快的方法是将烤箱控制旋钮调到所需的低温设置，然后打开烤箱门 10 到 15 分钟，让多余的热量散去。

[ðen] [kləʊz][ðə; ði][dɔː(r)][ʌn'tɪl] ['redi] [tuː; tə] [sɜːv] [ðə; ði] [fuːd] . [ˌtuː'tuː] .

Then	close	the	door	until	ready	to	serve	the	food	.	2	.
然后	关闭	这	门	直到	准备好	到	服务	这	食物	.	2	.

然后关上门，直到准备上菜为止。2.

[ə; eɪ]['sekənd] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kuːlɪŋ] [ɪz][tuː; tə] [tɜːn] [ðə; ði]['ʌv(ə)n][kən'trəʊl][tuː; tə][ðə; ði]['ləʊə(r)] ['setɪŋ]

A	second	method	of	cooling	is	to	turn	the	oven	control	to	the	lower	setting
一个	第二	方法	的	冷却	是	到	转动	这	烤箱	控制	到	这	降低	环境

[ə'baʊt] - ['mɪnɪts] [bɪ'fɔː(r)][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði]['juːʒuəl] ['kʊkɪŋ] [taɪm][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [fuːd] [juː; jʊ]

about	15	minutes	before	the	end	of	the	usual	cooking	time	for	the	food	you
关于	-	分钟	前	这	结尾	的	这	通常	烹饪	时间	为了	这	食物	你

[ɑː(r); ə(r)] [prɪ'peərɪŋ] .

are	preparing	.
是	准备	.

第二种冷却方法是在烹饪食物的正常烹饪时间结束前约 15 分钟，将烤箱控制调至较低的设置。

[let] [ðə; ði]['ʌv(ə)n] [kuːl] [wɪð] [ðə; ði][dɔː(r)] [kləʊzd] .

Let	the	oven	cool	with	the	door	closed	.
让	这	烤箱	凉爽的	和	这	门	关闭	.

让烤箱门关上，自然冷却。

[æz; əz][ðə; ði]['ʌv(ə)n] [kuːlz] ['grædʒuəli][tuː; tə][ðə; ði] [kiːp] - [wɔːm] ['temprətʃə(r)] , [ðə; ði] [fuːd] [wɪl] ['fɪnɪʃ]
As 作为 **the** 这 **oven** 烤箱 **cools** 冷却 **gradually** 逐步地 **to** 到 **the** 这 **keep** 保持 **-** - **warm** 温暖的 **temperature** 温度 **,** , **the** 这 **food** 食物 **will** 将要 **finish** 结束
['kʊkɪŋ] .
cooking 烹饪 **.** .

当烤箱逐渐冷却至保温温度时，食物就会继续烹饪。

[ɪf] [ðə; ði]['ʌv(ə)n][dɔː(r)][ɪz]['əʊpənd]['djʊərɪŋ] [ðɪs] [kuːl] [daʊn] ['pɪəriəd] ([ə'prɒksɪmətli] - ['mɪnɪts]
If 如果 **the** 这 **oven** 烤箱 **door** 门 **is** 是 **opened** 打开 **during** 期间 **this** 这 **cool** 凉爽的 **down** 向下 **period** 时期 **(** (**approximately** 大约 **45** - **minutes** 分钟
['ɑːftə(r)][juː; jʊ]['ləʊə(r)][ðə; ði] ['temprətʃə(r)]) [ə'dɪʃən(ə)l] ['kʊkɪŋ] [taɪm] [meɪ] [biː; bi] ['niːdɪd] . -
after 后 **you** 你 **lower** 降低 **the** 这 **temperature** 温度 **)**) **additional** 额外的 **cooking** 烹饪 **time** 时间 **may** 可能 **be** 是 **needed** 需要 **.** . **29** -

如果在冷却期间（大约在降低温度后 45 分钟）打开烤箱门，可能需要延长烹饪时间。[29]

['kiːpɪŋ] [həʊl] [miːlz] [wɔːm]
KEEPING 保持 **WHOLE** 所有的 **MEALS** 餐 **WARM** 温暖的

保持整餐温度

[ðə; ði] ['setɪŋ] [ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][meɪn] [kɔːs] [ɪz]['juːʒuəli; 'juːʒəli][ə; eɪ] [gʊd] ['kɒmprəmaɪz]
The 这 **setting** 环境 **recommended** 受到推崇的 **for** 为了 **the** 这 **main** 主要的 **course** 课程 **is** 是 **usually** 通常 **a** 一个 **good** 好的 **compromise** 妥协
[ɪf] [ɔːl][ðə; ði] [fuːdz] [ɪn][ə; eɪ] [miːl] [duː; də][nɒt][hæv; həv][ðə; ði] [seɪm] [ˌrekə'mendɪd] [kiːp] - [wɔːm]
if 如果 **all** 全部 **the** 这 **foods** 食物 **in** 在 **a** 一个 **meal** 一顿饭 **do** 做 **not** 不是 **have** 有 **the** 这 **same** 相同的 **recommended** 受到推崇的 **keep** 保持 **-** - **warm** 温暖的
['temprətʃə(r)] .
temperature 温度 **.** .

如果一顿饭中的所有食物的推荐保温温度并不相同，那么主菜的推荐保温温度通常是一个不错的折衷方案。

['kʌvərɪŋ] [fuːdz]
COVERING 覆盖 **FOODS** 食物

覆盖食物

[mɔɪst] [fuːdz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['taɪtli] ['kʌvəd] ; ['meni] [fuːdz] [niːd] ['əʊnli][ə; eɪ] [luːs] ['kʌvə(r)] .
Moist 潮湿 **foods** 食物 **should** 应该 **be** 是 **tightly** 紧紧 **covered** 涵盖 **;** ; **many** 许多 **foods** 食物 **need** 需要 **only** 仅有的 **a** 一个 **loose** 松动的 **cover** 覆盖 **.** .

水分较多的食物应该盖紧；很多食物只需要轻轻盖上盖子即可。

[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][fɔɪl] [meɪks] [æn; ən][aɪ'diːəl]['kʌvə(r)] [ɪf] [ðə; ði][juː'tens(ə)l][hæz; həz][nəʊ][lɪd] .
Aluminum 铝 **foil** 挫败 **makes** 制作 **an** 一个 **ideal** 理想的 **cover** 覆盖 **if** 如果 **the** 这 **utensil** 用具 **has** 有 **no** 不 **lid** 盖 **.** .

如果餐具没有盖子，铝箔是理想的盖子。

['kɑːvɪŋ] [miːt]
CARVING 雕刻 **MEAT** 肉

切肉

['dʒen(ə)rəli][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [best] [tuː; tə] [weɪt] [ʌn'tɪl] [dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] [tuː; tə] [kɑːv] [miːts] — [ɪ'speʃəli]
Generally 一般来说 **it** 它 **is** 是 **best** 最好的 **to** 到 **wait** 等待 **until** 直到 **just** 只是 **before** 前 **serving** 服务 **to** 到 **carve** 雕刻 **meats** 肉类 **—** — **especially** 尤其
[reə(r)][ɔː(r)] ['miːdiəm] [miːts] .
rare 稀有的 **or** 或者 **medium** 中等的 **meats** 肉类 **.** .

一般来说，最好等到上菜前再切肉——尤其是生的或半生的肉。

[haʊ'evə(r)] , [ɪf] [juː; jʊ][duː; də] [wɪʃ] [tuː; tə] [kɑːv] [miːts] [ə'hed] [ɒv; əv][taɪm] ,
However , if you do wish to carve meats ahead of time ,
然而 , 如果 你 做 希望 到 雕刻 肉类 前方 的 时间 ,

但是，如果您确实想提前切好肉，

[kiːp] [ðə; ði][ɪk'spəʊzd][kʌt] ['sɜːrfɪs] [kləʊz][tə'geðə(r)][ænd; ənd]['kʌvə(r)] ['laɪtli] [wɪð] ['dæmpənd] ['peɪpə(r)]
keep the exposed cut surfaces close together and cover lightly with dampened paper
保持 这 裸露 切 表面 关闭 一起 和 覆盖 轻轻 和 潮湿 纸
['taʊəlz] [ɔː(r)][ə; eɪ] ['dæmpənd] [tiː] ['taʊəl] .
towels or a dampened tea towel .
毛巾 或者 一个 潮湿 茶 毛巾 .

将裸露的切面紧密贴合，并用湿纸巾或湿茶巾轻轻覆盖。

[prəʊ] - TEN® (['priː] - ['tendəd])
PRO - TEN® (PRE - TENDERED)
专业版 - TEN® (预 - 已提交)

PRO-TEN®（预制）

[biːf]
BEEF
牛肉

牛肉

[ðə; ði][pə'peɪɪn] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ] ['tendərɪŋ] ['eɪdʒənt][kən'tɪnjuːz] [tuː; tə] ['tendəraɪz] [waɪl] [ðə; ði] [miːt] [ɪz]
The papain used as a tendering agent continues to tenderize while the meat is
这 木瓜蛋白酶 用过的 作为 一个 投标 代理人 继续 到 嫩化 尽管 这 肉 是
[held][æt; ət] [kiːp] - [wɔːm] ['temprətʃər] .
held at keep - warm temperatures .
握住 在 保持 - 温暖的 温度 .

用作嫩肉剂的木瓜蛋白酶在肉保持保温温度下会继续软化肉质。

[æz; əz][ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] , [ðiːz] [miːts] [kæn; kən] [bɪ'kʌm] [tuː] ['tendə(r)]['ɑːftə(r)][ə; eɪ]['həʊldɪŋ]['pɪəriəd] .
As a result , these meats can become too tender after a holding period .
作为 一个 结果 , 这些 肉类 能 变得 也 投标 后 一个 保持 时期 .

因此，这些肉在存放一段时间后可能会变得太嫩。

[kʌts] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt]['nætʃ(ə)rəli]['tendə(r)] , [sʌtʃ] [æz; əz] [tʃʌk] [ænd; ənd] ['brɪskɪt] ,
Cuts which are not naturally tender , such as chuck and brisket ,
削减 哪个 是 不是 自然 投标 , 这样的 作为 查克 和 胸部 ,

一些本身就不嫩的部位，例如牛肩肉和牛腩，

[həʊld][best][bʌt; bət][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [sɜːvd] [wɪ'ðɪn] [wʌn][tuː; tə][ˌtuː'tuː] ['aʊəz] ['ɑːftə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪz]
hold best but should be served within 1 to 2 hours after cooking is
抓住 最好的 但 应该 是 服务 之内 1 到 2 小时 后 烹饪 是
[kəm'plɪtɪd] .
completed .
完全的 .

最佳食用时间为烹饪完成后 1 至 2 小时内，但最好还是食用。

®Swift [ænd; ənd][ˌsiː 'əʊ] .
®Swift and Co .
®Swift 和 合作 .

®Swift and Co.

['wɔːmɪŋ] ['sɜːvɪŋ] ['dɪʃɪz] [ænd; ənd] [pleɪts]
WARMING SERVING DISHES AND PLATES
变暖 服务 菜肴 和 盘子

保温餐具和盘子

[ˌpriː'hiːt] [ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd] [wɔːm] ['dɪʃɪz] [æt; ət] 170° .
Preheat the oven and warm dishes at 170° .
预热 这 烤箱 和 温暖的 菜肴 在 170° .

将烤箱和保温盘预热至170°。

[əˈlaʊ] - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] [tuː; tə] [wɔːm] [ˈdɪʃɪz] [ˈθʌrəli] .

Allow	10	to	20	minutes	to	warm	dishes	thoroughly	.
允许	-	到	-	分钟	到	温暖的	菜肴	彻底	.

菜肴需要加热 10 到 20 分钟才能彻底加热。

[duː; də] [nɒt] [set] [wɔːm] [ˈdɪʃɪz] [ɒn] [ə; eɪ] [kəʊld] [ˈsɜːfɪs] [æz; əz] [ˈræpɪd] [ˈtemprətʃə(r)] [ˈtʃeɪndʒɪz] [kæn; kən]

Do	not	set	warm	dishes	on	a	cold	surface	as	rapid	temperature	changes	can
做	不是	放	温暖的	菜肴	在	一个	寒冷的	表面	作为	迅速的	温度	变化	能

[kɔːz] [ˈkrækɪŋ] .

cause	cracking	.
原因	裂纹	.

不要将热的菜肴放在冰冷的表面上，因为温度的快速变化会导致菜肴开裂。

[wɔːm] [ˈəʊnli] [ˈtʃaɪnə] , [ˈpɒtəri] , [ˈɜːθnweə(r)] [ɔː(r)] [ɪˈnæm(ə)lweə] ([nɒt] [ˈsɪlvə(r)]) .

Warm	only	china	,	pottery	,	earthenware	or	enamelware	(	not	silver	)	.
温暖的	仅有的	中国	,	陶器	,	陶器	或者	搪瓷制品	(	不是	银	)	.

只能保温瓷器、陶器、陶器或搪瓷器皿（不能保温银器）。

[tuː; tə] [θɔː] [ænd; ənd] [ˈfreʃn] [beɪkt] [gʊdz]

TO	THAW	AND	FRESHEN	BAKED	GOODS
到	解冻	和	清新	烘焙	商品

解冻并重新加热烘焙食品

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n] [tuː; tə] 170° .

Preheat	oven	to	170°	.
预热	烤箱	到	170°	.

将烤箱预热至170°。

[ræp] [beɪkt] [gʊdz] [ˈluːsli] [tuː; tə] [prɪˈvent] [ˈdraɪɪŋ] [ænd; ənd] [pəˈmɪt] [ɪˌvæpəˈreɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [aɪs] [ˈkrɪstlz]

Wrap	baked	goods	loosely	to	prevent	drying	and	permit	evaporation	of	ice	crystals
裹	烘焙	商品	松散地	到	防止	烘干	和	允许	蒸发	的	冰	晶体

[fɔːmd] [ˈdjʊərɪŋ] [ˈfriːzɪŋ] .

formed	during	freezing	.
形成	期间	冷冻	.

烘焙食品要用保鲜膜松散地包裹，以防止变干，并允许冷冻过程中形成的冰晶蒸发。

[ðɪs] [ləʊ] - [ˈtemprətʃə(r)] [ˈʌv(ə)n] [ˈmeθəd] [θɔːz] [θriː] [tuː; tə] [fɔː(r)] [taɪmz] [fɑːstə(r)] [ðæn; ðən] [æt; ət]

This	low	-	temperature	oven	method	thaws	three	to	four	times	faster	than	at
这	低的	-	温度	烤箱	方法	解冻	三	到	四	时代	快点	比	在

[ruːm] [ˈtemprətʃə(r)] .

room	temperature	.
房间	温度	.

这种低温烤箱解冻方法比室温解冻快三到四倍。

[ˈhəʊldɪŋ] [taɪm]

HOLDING	TIME
保持	时间

保持时间

[məʊst] [kʊkt] [fuːdz] [meɪ] [biː; bi] [held] [ˈseɪfli] [æt; ət] [ˈsɜːvɪŋ] [ˈtemprətʃə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [fɔːr] [ˈaʊəz]

Most	cooked	foods	may	be	held	safely	at	serving	temperature	for	4	hours
最多	煮熟	食物	可能	是	握住	安全	在	服务	温度	为了	4	小时

[ˈɑːftə(r)] [ˈkʊkɪŋ] [ɪz] [kəmˈplitɪd] .

after	cooking	is	completed	.
后	烹饪	是	完全的	.

大多数熟食在烹饪完成后，可在食用温度下安全保存 4 小时。

[haʊˈevə(r)] , [fuːd] [ɪz][məʊst]['pælətəb(ə)l][ænd; ənd] [njuˈtrɪʃəs] [wen] [sɜːvd] ['riːz(ə)nəbli] [suːn] ['ɑːftə(r)]
However , **food** **is** **most** **palatable** **and** **nutritious** **when** **served** **reasonably** **soon** **after**
然而 , 食物 是 最多 可口的 和 营养丰富的 什么时候 服务 合理 很快 后
['kʊkɪŋ] .
cooking .
烹饪 .

然而，食物在烹饪后尽快食用，口感最佳，营养最丰富。

['ðeəfɔː(r)] , [kiːp] [fuːdz] [wɔːm] [nəʊ][lɒŋgə(r)][ðæn; ðən] ['nesəsəri] — ['prefrəbli] [nəʊ][mɔː(r)][ðæn; ðən]
Therefore , **keep** **foods** **warm** **no** **longer** **than** **necessary** — **preferably** **no** **more** **than**
所以 , 保持 食物 温暖的 不 更长 比 必要的 — 最好 不 更多的 比
1½ [tuː; tə][ˌtuːˈtuː] ['aʊəz] .
1½ **to** **2** **hours** .
1½ 到 2 小时 .

因此，食物保温时间不宜过长——最好不要超过 1.5 到 2 小时。

[tɒp]['bɜːnə(r)] [kʊkt] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)][məʊst] [ə'træktɪv] [wen] [held][æn; ən]['aʊə(r)][ɔː(r)] [les] .
Top **burner** **cooked** **foods** **are** **most** **attractive** **when** **held** **an** **hour** **or** **less** .
顶部 刻录机 煮熟 食物 是 最多 吸引人的 什么时候 握住 一个 小时 或者 较少的 .

用炉灶烹饪的食物，保温一小时或更短时间最为诱人。

[griːn] ['vedʒtəb(ə)lz][ɑː(r); ə(r)] [ɪ'speʃəli] ['sʌbdʒɪkt][tuː; tə]['kʌlə(r)][ænd; ənd]['tekstʃə(r)]['tʃeɪndʒɪz] . -
Green **vegetables** **are** **especially** **subject** **to** **color** **and** **texture** **changes** . **30**
绿色的 蔬菜 是 尤其 主题 到 颜色 和 质地 变化 . -

绿色蔬菜尤其容易发生变化，包括颜色和质地。30

[kiːp] - [wɔːm] ['temprətʃər] [fɔː(r); fə(r)]['ʌv(ə)n] [kʊkt] [fuːdz]
KEEP - **WARM** **TEMPERATURES** **FOR** **OVEN** **COOKED** **FOODS**
保持 - 温暖的 温度 为了 烤箱 煮熟 食物

烤箱烹饪食物的保温温度

[fuːdz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [stɪl] [hɒt][frɒm; frəm] ['kʊkɪŋ] — [ðiːz] ['temprətʃər] [wɪl] [kiːp] [ðem; ðəm][hɒt]
Foods **should** **be** **still** **hot** **from** **cooking** — **These** **temperatures** **will** **keep** **them** **hot**
食物 应该 是 仍然 热的 从 烹饪 — 这些 温度 将要 保持 他们 热的
[fɔː(r); fə(r)] ['sɜːvɪŋ] .
for **serving** .
为了 服务 .

食物刚煮好时应该还很热——这样的温度能让食物在上桌时保持热度。

[fuːd] ['temprətʃə(r)] ['setɪŋ]
FOOD **TEMPERATURE** **SETTING**
食物 温度 环境

食物温度设置

['beɪkən] 200° [tuː; tə] 225°
Bacon **200°** **to** **225°**
熏肉 200° 到 225°

培根温度为200°至225°

[beɪkt] [pə'teɪtəʊz] 200° [tuː; tə] 225°
Baked **Potatoes** **200°** **to** **225°**
烘焙 土豆 200° 到 225°

烤土豆 200°至225°

[biːf] , [reə(r)] 155° [tuː; tə] 170°
Beef , **rare** **155°** **to** **170°**
牛肉 , 稀有的 155° 到 170°

牛肉，三分熟，温度155°至170°

[biːf] , ['miːdiəm] 170° [tuː; tə] 180°
Beef , **medium** **170°** **to** **180°**
牛肉 , 中等的 170° 到 180°

牛肉，中等熟度，170°至180°

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

从我的厨房到你的厨房(To Your Kitchen From Mine)
第3/4页

[biːf] , [wel] [dʌn] 170° [tuː; tə] 200°
Beef , well done 170° to 200°
牛肉 , 出色地 完毕 170° 到 200°

牛肉，全熟，温度170°至200°

['bɪskɪts] , ['mʌfɪn] 170° [tuː; tə] 190°
Biscuits , Muffins 170° to 190°
饼干 , 松饼 170° 到 190°

饼干、松饼 170° 至 190°

['kæsəˌrəʊlz] (['kʌvəd]) 200°
Casseroles (covered) 200°
砂锅菜 (涵盖) 200°

砂锅菜（带盖）200°

[fɪʃ] , [beɪkt] [ɔː(r)] [brɔɪld] (['kʌvə(r)] ['luːsli]) 170° [tuː; tə] 200°
Fish , baked or broiled (cover loosely) 170° to 200°
鱼 , 烘焙 或者 烤制 (覆盖 松散地) 170° 到 200°

鱼，烤或煎（盖上盖子），温度170°至200°

[hæm] 170° [tuː; tə] 200°
Ham 170° to 200°
火腿 170° 到 200°

火腿温度170°至200°

[læm] 170° [tuː; tə] 200°
Lamb 170° to 200°
羊肉 170° 到 200°

羊肉温度170°至200°

[paɪz] , ['peɪstri] 155° [tuː; tə] 170°
Pies , pastry 155° to 170°
馅饼 , 糕点 155° 到 170°

馅饼，酥皮温度155°至170°

['piːtsə] (['kʌvə(r)] ['luːsli]) 225°
Pizza (cover loosely) 225°
比萨 (覆盖 松散地) 225°

披萨（盖上盖子，不要盖紧）225°

[pɔːk] , [freʃ] [ɔː(r)] [sməʊkt] 170° [tuː; tə] 200°
Pork , fresh or smoked 170° to 200°
猪肉 , 新鲜的 或者 熏制 170° 到 200°

猪肉，新鲜或烟熏，温度为170°至200°

['pəʊltri] , [rəʊst] 170° [tuː; tə] 190°
Poultry , roast 170° to 190°
家禽 , 烤 170° 到 190°

家禽，烤制温度170°至190°

['pəʊltri] , [fraɪd] 185° [tuː; tə] 200°
Poultry , fried 185° to 200°
家禽 , 油煎 185° 到 200°

家禽，油炸温度为185°至200°

[rəʊlz] 190°
Rolls **190°**
卷 190°

190°卷

['siːfuːd] , [beɪkt] [ɔː(r)] [brɔɪld] (['kʌvə(r)] ['luːsli]) 170° [tuː; tə] 200°31
Seafood **,** **baked** **or** **broiled** **(** **cover** **loosely** **)** **170°** **to** **200°31**
海鲜 , 烘焙 或者 烤制 (覆盖 松散地) 170° 到 200°31

海鲜，烘烤或炙烤（盖上盖子），温度为 170° 至 200°31

[kiːp] - [wɔːm] ['ʌv(ə)n] ['temprətʃər] [fɔː(r); fə(r)] [tɒp] - ['bɜːnə(r)] - [kʊkt] [fuːdz]
KEEP **-** **WARM** **OVEN** **TEMPERATURES** **FOR** **TOP** **-** **BURNER** **-** **COOKED** **FOODS**
保持 - 温暖的 烤箱 温度 为了 顶部 - 刻录机 - 煮熟 食物

保温烤箱温度（适用于炉灶上层烹饪的食物）

['temprətʃə(r)] ['setɪŋ]
TEMPERATURE **SETTING**
温度 环境

温度设置

[frentʃ] - [fraɪd] [pə'teɪtəʊz] ([ʌn'kʌvəd] , [duː; də] [nɒt] [həʊld] [lɒŋgə(r)] [ðæn; ðən] - ['mɪnɪts]) 200°
French **-** **fried** **potatoes** **(** **uncovered** **,** **do** **not** **hold** **longer** **than** **15** **minutes** **)** **200°**
法语 - 油煎 土豆 (裸露 , 做 不是 抓住 更长 比 - 分钟) 200°
[tuː; tə] 225°
to **225°**
到 225°

炸薯条（无需盖盖，保温时间不要超过15分钟）200°至225°

[mæʃt] [pə'teɪtəʊz] (['kʌvəd]) 155° [tuː; tə] 170°
Mashed **potatoes** **(** **covered** **)** **155°** **to** **170°**
捣碎 土豆 (涵盖) 155° 到 170°

土豆泥（盖上盖子）155°至170°

['pænkeɪks] , [frentʃ] [təʊst] (['luːsli] ['kʌvəd]) 200° [tuː; tə] 225°
Pancakes **,** **French** **Toast** **(** **loosely** **covered** **)** **200°** **to** **225°**
煎饼 , 法语 吐司 (松散地 涵盖) 200° 到 225°

煎饼、法式吐司（无需完全盖好）200°至225°

[pæn] - [fraɪd] [miːts] , [fɪʃ] [ænd; ənd] ['pəʊltri] (['luːsli] ['kʌvəd]) 200° [tuː; tə] 225°
Pan **-** **fried** **meats** **,** **Fish** **and** **Poultry** **(** **loosely** **covered** **)** **200°** **to** **225°**
平底锅 - 油煎 肉类 , 鱼 和 家禽 (松散地 涵盖) 200° 到 225°

煎炸肉类、鱼类和家禽（用盖子松松地盖上）200°至225°

['vedʒtəb(ə)lz] (['kʌvəd]) 170°
Vegetables **(** **covered** **)** **170°**
蔬菜 (涵盖) 170°

蔬菜（盖上盖子）170°

[tuː; tə] [θɔː] ['frəʊz(ə)n] [fuːdz]
TO **THAW** **FROZEN** **FOODS**
到 解冻 冷冻 食物

解冻冷冻食品

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] 155° .
PREHEAT **OVEN** **TO** **155°** **.**
预热 烤箱 到 155° .

将烤箱预热至155°。

[liːv] [fuːdz] ['taɪtli] [ræpt] [ɪn] [ðeə(r)] ['mɔɪstʃə(r)] - ['veɪpə(r)] [pruːf] ['friːzə(r)] ['ræpɪŋ] .
Leave **foods** **tightly** **wrapped** **in** **their** **moisture** **-** **vapor** **proof** **freezer** **wrapping** **.**
离开 食物 紧紧 包装 在 他们的 水分 - 汽 证明 冰箱 包装 .

将食物紧紧包裹在防潮防蒸汽的冷冻包装膜中。

[θɔː] [dʒʌst] [ɪˈnʌf] [tuː; tə] [ˈseprət] [ɔː(r)][tuː; tə]['hænd(ə)l] ['iːzəli] [ænd; ənd][wʌns] [θɔːd] , [duː; də]

Thaw	just	enough	to	separate	or	to	handle	easily	and	once	thawed	,	do
解冻	只是	足够的	到	分离	或者	到	处理	容易地	和	一次	解冻	,	做

[nɒt] [riːˈfriːz] .

not	refreeze	.
不是	重新冷冻	.

解冻至可以轻松分开或易于处理即可，解冻后请勿重新冷冻。

[ɪn]['dʒen(ə)rəl] , [fuːdz] [wɪl] [θɔː] [fɔː(r)] [taɪmz] [fɑːstə(r)][ðæn; ðən][æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)] .

In	general	,	foods	will	thaw	four	times	faster	than	at	room	temperature	.
在	一般的	,	食物	将要	解冻	四	时代	快点	比	在	房间	温度	.

一般来说，食物在高温下解冻的速度比在室温下快四倍。

[kʊk] [æz; əz] [suːn] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l]['ɑːftə(r)] ['θɔːɪŋ] .

Cook	as	soon	as	possible	after	thawing	.
厨师	作为	很快	作为	可能的	后	解冻	.

解冻后尽快烹饪。

[fuːd] [əˈprɒksɪmət] ['θɔːɪŋ] [taɪm] [æt; ət] 155°

FOOD	APPROXIMATE	THAWING	TIME	AT	155°
食物	近似	解冻	时间	在	155°

食物在 155° 下的大约解冻时间

[fɪʃ] [steɪks] [ɔː(r)] ['fɪlɪt] , [wʌn] ['pækɪdʒ] - ['mɪnɪts]

Fish	steaks	or	fillets	,	1	package	40	minutes
鱼	牛排	或者	鱼片	,	1	包裹	-	分钟

鱼排或鱼片，1 包，40 分钟

['fraɪɪŋ] ['tʃɪkɪn] , [kʌt] [ʌp] 1¼ ['aʊəz]

Frying	chicken	,	cut	up	1¼	hours
煎炸	鸡	,	切	向上	1¼	小时

炸鸡，切块，1¼ 小时

[graʊnd] [miːt] , [wʌn] [paʊnd] 1½ ['aʊəz]

Ground	meat	,	1	pound	1½	hours
地面	肉	,	1	磅	1½	小时

碎肉，1磅，1.5小时

[miːt] ['pætiz] [ɔː(r)] [tʃɒps] - ['mɪnɪts]

Meat	patties	or	chops	45	minutes
肉	肉饼	或者	排骨	-	分钟

肉饼或肉排 45 分钟

['pəʊltri] , [θriː][tuː; tə][eit] [paʊndz] [ˌtuː'tuː][tuː; tə] 3½ ['aʊəz]

Poultry	,	3	to	8	pounds	2	to	3½	hours
家禽	,	3	到	8	磅	2	到	3½	小时

家禽，3至8磅，2至3.5小时

['pəʊltri] , [eit][tuː; tə] - [paʊndz] 3½ [tuː; tə][faɪv] ['aʊəz]

Poultry	,	8	to	12	pounds	3½	to	5	hours
家禽	,	8	到	-	磅	3½	到	5	小时

家禽，8至12磅，3.5至5小时

['pəʊltri] , - [tuː; tə] - [paʊndz] [faɪv][tuː; tə]['sɛvən] ['aʊəz]

Poultry	,	12	to	20	pounds	5	to	7	hours
家禽	,	-	到	-	磅	5	到	7	小时

家禽，12至20磅，5至7小时

[rəʊld] [rəʊst] , [faɪv][tuː; tə][sɪks] [paʊndz] 4½ ['aʊəz]

Rolled	roast	,	5	to	6	pounds	4½	hours
滚动	烤	,	5	到	6	磅	4½	小时

卷烤肉，5至6磅，4.5小时

[raʊnd] [steɪk] , [wʌn] - [ɪntʃ] [θɪk] [wʌn] hour32

Round	steak	,	1	-	inch	thick	1	hour32
圆形的	牛排	,	1	-	英寸	厚的	1	hour32

圆形牛排，1英寸厚，1小时32分钟

['prəʊgræmd] ['kʊkɪŋ]

PROGRAMMED	COOKING
程序	烹饪

程序化烹饪

[wʌn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [məʊst] [aʊt'stændɪŋ] , ['truːli] [ˌɔːtə'mætɪk] ['fiːtʃəz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [gæs] [reɪndʒ] [ɪz] [ðə; ði]

One	of	the	most	outstanding	,	truly	automatic	features	of	the	Gas	range	is	the
一	的	这	最多	杰出的	,	真的	自动的	特征	的	这	气体	范围	是	这

['prəʊgræmd] ['ʌv(ə)n] .

programmed	oven	.
程序	烤箱	.

燃气灶最出色、真正全自动的功能之一就是程序烤箱。

['ʌv(ə)n] ['prəʊgræmɪŋ] [miːnz] [ðæt] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [wɪl] [ˌɔːtə'mætɪkli] [tʃeɪndʒ] [æt; ət] [ə; eɪ] [set] [taɪm]

Oven	programming	means	that	the	oven	will	automatically	change	at	a	set	time
烤箱	编程	方法	那	这	烤箱	将要	自动地	改变	在	一个	放	时间

[frɒm; frəm] [wʌn] ['temprətʃə(r)] [tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] — ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] ['kʊkɪŋ] [tuː; tə] [ə; eɪ]

from	one	temperature	to	another	—	usually	from	a	cooking	to	a
从	一	温度	到	其他	—	通常	从	一个	烹饪	到	一个

[kiːp] - [wɔːm] ['temprətʃə(r)] .

keep	-	warm	temperature	.
保持	-	温暖的	温度	.

烤箱编程是指烤箱会在设定的时间自动从一个温度切换到另一个温度——通常是从烹饪温度切换到保温温度。

[ɪn] ['ʌðə(r)] [wɜːdz] , [set] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [kən'trəʊl] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ] ['temprətʃə(r)] [ænd; ənd] [ðə; ði]

In	other	words	,	set	the	oven	control	for	the	cooking	temperature	and	the
在	其他	字	,	放	这	烤箱	控制	为了	这	烹饪	温度	和	这

[ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [taɪm] .

amount	of	cooking	time	.
数量	的	烹饪	时间	.

换句话说，设置烤箱的烹饪温度和烹饪时间。

[ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [wɪl] [kʊk] [ðə; ði] [fuːd] ,

The	oven	will	cook	the	food	,
这	烤箱	将要	厨师	这	食物	,

烤箱会把食物烤熟。

[ðen] [ˌɔːtə'mætɪkli] [rɪ'djuːs] [tuː; tə] [ə; eɪ] [kiːp] - [wɔːm] ['temprətʃə(r)] [tuː; tə] [həʊld] [ðə; ði] [fuːdz]

then	automatically	reduce	to	a	keep	-	warm	temperature	to	hold	the	foods
然后	自动地	减少	到	一个	保持	-	温暖的	温度	到	抓住	这	食物

[fɔː(r); fə(r)] ['sɜːvɪŋ] [wɪ'ðaʊt] ['əʊvə(r)] - ['kʊkɪŋ] [ɔː(r)] ['draɪɪŋ] [aʊt] .

for	serving	without	over	-	cooking	or	drying	out	.
为了	服务	没有	超过	-	烹饪	或者	烘干	出去	.

然后自动降至保温温度，以保持食物的温度，方便上菜，而不会过度烹饪或变干。

[ə; eɪ] . [fuːdz] [wɪtʃ] ['prəʊgræm] [wel] : [wʌn] .

A	.	Foods	which	program	well	:	1	.
一个	.	食物	哪个	程序	出色地	:	1	.

A. 适合烹饪的食物：1.

[məʊst] [meɪn] ['dɪʃɪz] , [ɪ'speʃəli] ['kæsəˌrəʊlz] [ænd; ənd] [fuːdz] [ɪn] ['sɔːsɪz] .

Most	main	dishes	,	especially	casseroles	and	foods	in	sauces	.
最多	主要的	菜肴	,	尤其	砂锅菜	和	食物	在	酱汁	.

大多数主菜，尤其是砂锅菜和酱汁菜肴。

[ˌtuːˈtuː] . [ˈkʌvəd] [fuːdz] . [θriː] .

2	.	Covered	foods	.	3	.
2	.	涵盖	食物	.	3	.

2. 盖好的食物。3.

['jeləʊ] ['vedʒtəb(ə)lz] , ['ʌnjənz] , [ɔː(r)] [biːts] .

Yellow	vegetables	,	onions	,	or	beets	.
黄色的	蔬菜	,	洋葱	,	或者	甜菜	.

黄色蔬菜，例如洋葱或甜菜。

[griːn] ['vedʒtəb(ə)lz] , [ʌp][tuː; tə][wʌn][tuː; tə][ˌtuːˈtuː] ['aʊəz] ; [lɒŋ] ['həʊldɪŋ]['pɪəriəd] ['kɔːzɪz] [lɒs] [ɒv; əv]

Green	vegetables	,	up	to	1	to	2	hours	;	long	holding	period	causes	loss	of
绿色的	蔬菜	,	向上	到	1	到	2	小时	;	长的	保持	时期	原因	损失	的

['kʌlə(r)] . [fɔːr] .

color	.	4	.
颜色	.	4	.

绿色蔬菜，最多可保存 1 至 2 小时；保存时间过长会导致褪色。4.

[rəʊsts] [ænd; ənd]['ʌðə(r)] [lɑːdʒ] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] . [faɪv] .

Roasts	and	other	large	cuts	of	meat	.	5	.
烤肉	和	其他	大的	削减	的	肉	.	5	.

烤肉和其他大块肉。5.

[raɪs] , ['nuːd(ə)lz] , [ˌmækə'rəʊni] .

Rice	,	noodles	,	macaroni	.
米	,	面条	,	通心粉	.

米饭、面条、通心粉。

[biː] . [fuːdz] [wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt][biː; bi] ['prəʊgræmd] : [wʌn] .

B	.	Foods	which	should	not	be	programmed	:	1	.
B	.	食物	哪个	应该	不是	是	程序	:	1	.

B. 不应该被编程的食物：1.

[fuːdz] [sʌtʃ] [æz; əz] ['kʊkiz] , [paɪz] ,

Foods	such	as	cookies	,	pies	,
食物	这样的	作为	曲奇饼	,	馅饼	,

例如饼干、馅饼等食物

[ænd; ənd] [keɪks] [wɪtʃ] [rɪˈkwaɪə(r)][ɪgˈzækt] ['kʊkɪŋ] [taɪmz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [rɪˈmuːvd] [frɒm; frəm]['ʌv(ə)n]

and	cakes	which	require	exact	cooking	times	should	be	removed	from	oven
和	蛋糕	哪个	要求	精确的	烹饪	时代	应该	是	已移除	从	烤箱

[ɪˈmiːdiətli] .

immediately	.
立即地	.

需要精确烘烤时间的蛋糕应立即从烤箱中取出。

[ɪf] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][tuː; tə][biː; bi] [kept] [wɔːm] ,

If	they	are	to	be	kept	warm	,
如果	他们	是	到	是	保留	温暖的	,

如果要给它们保暖，

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ˌriːˈræpt] [tuː; tə] [prɪˈvent] ['draɪɪŋ] [ænd; ənd] [ðen] [pleɪst] [ɪn][ðə; ðɪ] [kiːp] - [wɔːm]

they	should	be	rewrapped	to	prevent	drying	and	then	placed	in	the	keep	-	warm
他们	应该	是	重新包装	到	防止	烘干	和	然后	放置	在	这	保持	-	温暖的

['ʌv(ə)n] . [ˌtuːˈtuː] .

oven	.	2	.
烤箱	.	2	.

应重新包裹以防止变干，然后放入保温烤箱中。2.

[fuːdz] [tuː; tə][biː; bi] [sɜːvd] [ɪˈmiːdiətli] — ['suːfleɪ] . [θriː] .

Foods	to	be	served	immediately	—	souffles	.	3	.
食物	到	是	服务	立即地	—	舒芙蕾	.	3	.

立即上桌的菜肴——舒芙蕾。3.

[brɔɪld] [fuːdz] .
Broiled **foods** **.**
烤制 食物 .

烤制食品。

[siː] . ['dʒen(ə)rəl] [ruːlz] : [wʌn] .
C **.** **General** **rules** **:** **1** **.**
C . 一般的 规则 : 1 .

C. 一般规则：1.

[fuːd] [meɪ] [biː; bi] [held] [wɪð] ['seɪfti] [fɔː(r); fə(r)] [fɔːr] ['aʊəz] ['ɑːftə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪz] [kəm'plitɪd] ,
Food **may** **be** **held** **with** **safety** **for** **4** **hours** **after** **cooking** **is** **completed** **,**
食物 可能 是 握住 和 安全 为了 4 小时 后 烹饪 是 完全的 ,

食物烹饪完成后可安全保存4小时。

[bʌt; bət] [wɪl] [biː; bi] [məʊst] ['pælətəb(ə)l] [sɜːvd] [wɪ'ðɪn] 1½ [tuː; tə] [ˌtuː'tuː] ['aʊəz] . [ˌtuː'tuː] .
but **will** **be** **most** **palatable** **served** **within** **1½** **to** **2** **hours** **.** **2** **.**
但 将要 是 最多 可口的 服务 之内 1½ 到 2 小时 . 2 .

但最好在 1.5 至 2 小时内食用。2.

['eni] [fuːd] [wɪtʃ] [həʊldz] [wel] [ɪn] [ðə; ðɪ] [ləʊ] ['temprətʃə(r)] ['ʌv(ə)n] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] ['prəʊgræms] [wel]
Any **food** **which** **holds** **well** **in** **the** **low** **temperature** **oven** **usually** **programs** **well**
任何 食物 哪个 持有 出色地 在 这 低的 温度 烤箱 通常 程序 出色地
['ɔːlsəʊ] . [θriː] .
also **.** **3** **.**
还 . 3 .

任何适合低温烤箱烹饪的食物通常也适合低温烤箱烹饪。3.

[fɔː(r); fə(r)] [spə'sɪfɪk] ['prəʊgræmd] ['ʌv(ə)n] ['fiːtʃəz] , [rɪ'fɜː(r)] [tuː; tə] [jɔː(r); jə(r)] [reɪndʒ]
FOR **SPECIFIC** **PROGRAMMED** **OVEN** **FEATURES** **,** **REFER** **TO** **YOUR** **RANGE**
为了 具体的 程序 烤箱 特征 , 参考 到 你的 范围
[ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['bʊklət] . -
MANUFACTURER'S **INSTRUCTION** **BOOKLET** **.** **33**
制造商的 操作说明 小册子 . -

有关烤箱的具体程序功能，请参阅您的炉灶制造商的使用说明书。33

['prəʊgræmd] ['kʊkɪŋ] [gaɪd]
PROGRAMMED **COOKING** **GUIDE**
程序 烹饪 指导

程序化烹饪指南

[fuːd] [weɪt] [paʊndz] ['temprətʃə(r)] ['setɪŋ] [dɪ'griːz] [ə'prɒks] .
Food **Weight** **Pounds** **Temperature** **Setting** **Degrees** **Approx** **.**
食物 重量 英镑 温度 环境 学位 大约 .

食物重量（磅） 温度设置（度） 约

['kʊkɪŋ] [taɪm] ['aʊəz] ['mæksɪməm] ['həʊldɪŋ] [taɪm] ['aʊəz]
Cooking **Time** **Hours** **Maximum** **Holding** **Time** **Hours**
烹饪 时间 小时 最大限度 保持 时间 小时

烹饪时间（小时） 最长保温时间（小时）

[rəʊld] [rɪb] [biːf] [rəʊst] , ['miːdiəm] [fɔːr] - 2½ - [θriː] [fɔːr]
Rolled **Rib** **Beef** **Roast** **,** **Medium** **4** **325** **2½** **-** **3** **4**
滚动 肋骨 牛肉 烤 , 中等的 4 - 2½ - 3 4

卷烤牛肋排，中等熟度 4 325 2½-3 4

[leg] [ɒv; əv] [læm] [rəʊst] , [wel] [dʌn] [sɪks] - 3½ [fɔːr]
Leg **of** **Lamb** **Roast** **,** **Well** **Done** **6** **325** **3½** **4**
腿 的 羊肉 烤 , 出色地 完毕 6 - 3½ 4

烤羊腿，全熟 6 325 3½ 4

[lɔɪn] [end] [pɔːk] [rəʊst] [faɪv] - [fɔːr][fɔːr]

Loin	End	Pork	Roast	5	325	4	4
腰部	结尾	猪肉	烤	5	-	4	4

猪腰肉烤肉 5 325 4 4

[kjʊəd] , [həʊl] [hæm] - - 3½ [fɔːr]

Cured	,	Whole	Ham	12	325	3½	4
治愈	,	所有的	火腿	-	-	3½	4

腌制整火腿 12 325 3½ 4

[viːl] [lɔɪn] [rəʊst] [faɪv] - [θriː][fɔːr]

Veal	Loin	Roast	5	325	3	4
小牛肉	腰部	烤	5	-	3	4

小牛里脊烤肉 5 325 3 4

[miːt] [ləʊf] , [wel] [dʌn] [θriː] - 1½ [θriː]

Meat	Loaf	,	Well	Done	3	350	1½	3
肉	面包	,	出色地	完毕	3	-	1½	3

肉饼，全熟 3 350 1½ 3

['tʃɪkɪn] , [stʌft] 3½ - 4½ - [θriː] - 3½ [θriː]

Chicken	,	Stuffed	3½	-	4½	325	3	-	3½	3
鸡	,	填充	3½	-	4½	-	3	-	3½	3

酿鸡 3½-4½ 325 3-3½ 3

[beɪkt] [fɪʃ] , [stʌft] 2½ - 3½ - - [mɪn] . [ˌtuːˈtuː]

Baked	Fish	,	Stuffed	2½	-	3½	400	45	min	.	2
烘焙	鱼	,	填充	2½	-	3½	-	-	最小	.	2

烤酿鱼 2½-3½ 400 45 分钟 2

[hæm] [slaɪs] [wɪð] ['reɪzn] [sɔːs] - [wʌn][θriː]

Ham	Slice	With	Raisin	Sauce	350	1	3
火腿	片	和	葡萄干	酱	-	1	3

火腿片配葡萄干酱 350 1 3

[stʌft] [pɔːk] [tʃɒps] - 1½ [θriː]

Stuffed	Pork	Chops	350	1½	3
填充	猪肉	排骨	-	1½	3

酿猪排 350 1½ 3

[swɪs] [steɪk] (['kʌvəd]) - 1½ [fɔːr]

Swiss	Steak	(	covered	)	350	1½	4
瑞士	牛排	(	涵盖	)	-	1½	4

瑞士牛排（带盖）350 1½ 4

[gleɪzd] ['kærəts] [ænd; ənd] ['ʌnjənz] (['kʌvəd]) - 1½ [θriː]

Glazed	Carrots	and	Onions	(	covered	)	350	1½	3
釉面	胡萝卜	和	洋葱	(	涵盖	)	-	1½	3

蜜汁胡萝卜和洋葱（盖上盖子）350 1½ 3

['skæləpt; 'skɒləpt][pə'teɪtəʊz] (['kʌvəd]) - 1½ [θriː]

Scalloped	Potatoes	(	covered	)	350	1½	3
扇贝状的	土豆	(	涵盖	)	-	1½	3

焗烤土豆（带盖）350 1½ 3

[stjuːd] [tə'mɑːtəʊz] - [wʌn][fɔːr]

Stewed	Tomatoes	350	1	4
炖	西红柿	-	1	4

炖番茄 350 1 4

[ˌmækə'rəʊni][ænd; ənd] [tʃiːz] ['kæsərəʊl] - - [mɪn] . [θriː]

Macaroni	and	Cheese	Casserole	350	45	min	.	3
通心粉	和	奶酪	沙锅	-	-	最小	.	3

通心粉奶酪砂锅 350 45 分钟 3

['tjuːnə][ænd; ənd]['nuːd(ə)l] ['kæsərəʊl] - - [mɪn] . [ˌtuː'tuː]

Tuna	and	Noodle	Casserole	400	40	min	.	2
金枪鱼	和	面条	沙锅	-	-	最小	.	2

金枪鱼面条砂锅 400 40 分钟 2

['tɜːki] ['kæsərəʊl] - - [mɪn] . [θriː]

Turkey	Casserole	350	25	min	.	3
火鸡	沙锅	-	-	最小	.	3

火鸡砂锅 350 25 分钟 3

['æp(ə)l] [krɪsp] - - [mɪn] . [fɔːr]

Apple	Crisp	375	45	min	.	4
苹果	脆	-	-	最小	.	4

苹果酥 375 45分钟 4

[fʌdʒ] ['pʊdɪŋ] - [wʌn][θriː]

Fudge	Pudding	350	1	3
做傻事	布丁	-	1	3

软糖布丁 350 1 3

['meni] ['verɪəbl] [sʌtʃ] [æz; əz][saɪz] ,

Many	variables	such	as	size	,
许多	变量	这样的	作为	尺寸	,

许多变量，例如大小，

[ˌkɒmpə'zɪʃ(ə)n][ænd; ənd][ɪ'nɪʃ(ə)l] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv][ðə; ði] [miːt] [ɑː(r); ə(r)]['ɒf(ə)n] [ɪn'kaʊntəd] [ɪn]

composition	and	initial	temperature	of	the	meat	are	often	encountered	in
作品	和	最初的	温度	的	这	肉	是	经常	遭遇	在

[rəʊsts] [ɒv; əv][ðə; ði] [seɪm] [weɪt] .

roasts	of	the	same	weight	.
烤肉	的	这	相同的	重量	.

相同重量的烤肉，其成分和初始温度往往存在差异。

['ðeəfɔː(r)] , [ðə; ði]['ʌv(ə)n]['taɪmə(r)] ['setɪŋz] [kæn; kən]['əʊnli][biː; bi] [ə'prɒksɪmət] .

Therefore	,	the	oven	timer	settings	can	only	be	approximate	.
所以	,	这	烤箱	定时器	设置	能	仅有的	是	近似	.

因此，烤箱定时器设置只能是近似值。

[fɔː(r); fə(r)][mɔː(r)] ['ækjərət] [ænd; ənd] [ˌʌnə'tendɪd] [miːt] ['rəʊstɪŋ] [ə; eɪ] [miːt] [prəʊb][ɪz] [ˌrekə'mendɪd]

For	more	accurate	and	unattended	meat	roasting	a	meat	probe	is	recommended
为了	更多的	准确的	和	无人看管	肉	烘焙	一个	肉	探测	是	受到推崇的

. -

.	34

. -

为了更精准地烤制肉类并实现无人值守，建议使用肉类温度探针。34

['prəʊgræmd] ['ʌv(ə)n] [miːlz]

PROGRAMMED	OVEN	MEALS
程序	烤箱	餐

烤箱程序餐

['ʌv(ə)n] [miːl] [wʌn]

OVEN	MEAL	1
烤箱	一顿饭	1

烤箱餐 1

[gleɪzd] [hæm] [slaɪs]

Glazed	Ham	Slice
釉面	火腿	片

蜜汁火腿片

['sʌkətæʃ] [wɪð] ['ʌnjən] ['bʌtə(r)]
Succotash With Onion Butter
杂烩 和 洋葱 黄油

洋葱黄油杂烩

[fruːt] ['kɒmpɒt]
Fruit Compote
水果 果酱

水果蜜饯

['temprətʃə(r)] : - [dɪ'griːz]
Temperature : 350 degrees
温度 : - 学位

温度：350度

[taɪm] : [wʌn]['aʊə(r)]
Time : 1 hour
时间 : 1 小时

时间：1小时

([kəm'pliːt] [ðə; ðɪ] [miːl] [wɪð] [hɑːts] [ɒv; əv] ['letɪs] ['sæləd] , [bred] [ænd; ənd] ['bevərɪdʒ] .)
(Complete the meal with Hearts of Lettuce Salad , bread and beverage .)
(完全的 这 一顿饭 和 红心 的 莴苣 沙拉 , 面包 和 饮料 .)

（餐点包括生菜沙拉、面包和饮料。）

[gleɪzd] [hæm] [slaɪs]
GLAZED HAM SLICE
釉面 火腿 片

蜜汁火腿片

[wʌn]['sentə(r)][hæm][slaɪs] , [wʌn] - [ɪntʃ] [θɪk]
1 center ham slice , 1 - inch thick
1 中心 火腿 片 , 1 - 英寸 厚的

片厚 1 英寸的火腿中心片

¾ [siː] . [kɔːn] ['sɪrəp]
¾ C . corn sirup
¾ C . 玉米 糖浆

¾ 杯玉米糖浆

[θriː][tiː biː es piː] .
3 Tbsp .
3 汤匙 .

汤匙

['vɪnɪgə(r)]
vinegar
醋

醋

[θriː][tiː biː es piː] . [draɪ] ['mʌstəd]
3 Tbsp . dry mustard
3 汤匙 . 干燥 芥末

3汤匙干芥末

¼ [siː] . ['wɔːtə(r)]
¼ C . water
¼ C . 水

¼ 杯水

[slæʃ] [fæt][ɒn][hæm][slaɪs][ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] ['ʃæləʊ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Slash fat on ham slice and place in shallow baking dish .
削减 胖的 在 火腿 片 和 地方 在 浅的 烘烤 盘子 .

在火腿片上的肥肉上划几刀，然后放入浅烤盘中。

[spred] [wɪð] ['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv] [kɔ:n] ['sɪrəp] , ['vɪnɪgə(r)][ænd; ənd][draɪ] ['mʌstəd] .

Spread	**with**	**mixture**	**of**	**corn**	**sirup**	**,**	**vinegar**	**and**	**dry**	**mustard**	**.**
传播	和	混合物	的	玉米	糖浆	,	醋	和	干燥	芥末	.

涂抹上玉米糖浆、醋和干芥末的混合物。

[pɔ:(r)]['wɔ:tə(r)] [ə'raʊnd] [hæm] .

Pour	**water**	**around**	**ham**	**.**
倒	水	大约	火腿	.

将水倒在火腿周围。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'gri:z] [fɔ:(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	**in**	**Gas**	**oven**	**at**	**350**	**degrees**	**for**	**1**	**hour**	**.**
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [sɪks] [s'ɜ:vɪŋz] .

Makes	**6**	**servings**	**.**
制作	6	份量	.

可供 6 人食用。

['sʌkətæʃ] [wɪð] ['ʌnjən] ['bʌtə(r)]

SUCCOTASH	**WITH**	**ONION**	**BUTTER**
杂烩	和	洋葱	黄油

洋葱黄油杂烩

[ˌtu:'tu:] - - [ˌəʊ 'zed] . ['pi:'keɪ'dʒi:z] .

2	**10**	**-**	**oz**	**.**	**pkgs**	**.**
2	-	-	盎司	.	包裹	.

包，每包 10 盎司。

['frəʊz(ə)n] ['sʌkətæʃ]

frozen	**succotash**
冷冻	杂烩

冷冻杂烩

[wʌn][ti: es pi:] .

1	**tsp**	**.**
1	茶匙	.

茶匙

[sɔ:lt]

salt
盐

盐

[ˌtu:'tu:][ti: bi: es pi:] . [tʃɒpt] ['ʌnjən]

2	**Tbsp**	**.**	**chopped**	**onion**
2	汤匙	.	切碎	洋葱

2汤匙切碎的洋葱

¼ [si:] . ['bʌtə(r)][ɔ:(r)][ˌmɑ:dʒə'ri:n]

¼	**C**	**.**	**butter**	**or**	**margarine**
¼	C	.	黄油	或者	人造黄油

¼ 杯黄油或人造黄油

[pleɪs] ['frəʊz(ə)n] ['sʌkətæʃ] [ɪn] - [eks][sɪks][eks][ˌtu:'tu:] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

Place	**frozen**	**succotash**	**in**	**10**	**x**	**6**	**x**	**2**	**-**	**inch**	**baking**	**dish**	**.**
地方	冷冻	杂烩	在	-	x	6	x	2	-	英寸	烘烤	盘子	.

将冷冻杂烩放入 10 x 6 x 2 英寸的烤盘中。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔ:lt][ænd; ənd] [tʃɒpt] ['ʌnjən] ; [dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] .

Sprinkle	**with**	**salt**	**and**	**chopped**	**onion**	**;**	**dot**	**with**	**butter**	**.**
撒	和	盐	和	切碎	洋葱	;	点	和	黄油	.

撒上盐和洋葱碎；点缀上黄油。

['kʌvə(r)] .
Cover **.**
覆盖 .

覆盖。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **350** **degrees** **for** **1** **hour** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 1 小时 .

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] .
Makes **6** **servings** **.**
制作 6 份量 .

可供 6 人食用。

[fruːt] ['kɒmpɒt]
FRUIT **COMPOTE**
水果 果酱

水果蜜饯

[wʌn][wʌn] - ['el biː] . [ˌpiː'keɪ'dʒiː] .
1 **1** **-** **lb** **.** **pkg** **.**
1 1 - 磅 . 包装 .

1磅装

[draɪd] [pruːnz]
dried **prunes**
干燥 西梅

干李子

[wʌn][siː] . [draɪd]['eɪprɪkɒts]
1 **C** **.** **dried** **apricots**
1 C . 干燥 杏子

杯干杏

[wʌn][siː] . [draɪd] ['piːtʃɪz]
1 **C** **.** **dried** **peaches**
1 C . 干燥 桃子

杯干桃

[ˌtuː'tuː][siː] . ['wɔːtə(r)]
2 **C** **.** **water**
2 C . 水

摄氏度水

½ [siː] . ['ʃʊgə(r)]
½ **C** **.** **sugar**
½ C . 糖

半杯糖

[θriː][ɔː(r)][fɔːr]['slaɪsɪz] ['ɒrɪndʒ]
3 **or** **4** **slices** **orange**
3 或者 4 切片 橙子

3或4片橙子

[rɪns] [fruːt][ɪn] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] .
Rinse **fruit** **in** **warm** **water** **.**
冲洗 水果 在 温暖的 水 .

用温水冲洗水果。

[dreɪn] .
Drain **.**
流走 .

流走。

[pleɪs] [ɪn][ə; eɪ][ˌtuːˈtuː] - [ˌkjuː ˈtiː] .

Place	in	a	2	-	qt	.
地方	在	一个	2	-	qt	.

放入 2 夸脱的容器中。

['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

baking	dish	.
烘烤	盘子	.

烤盘。

[ˌeɪ diː ˈdiː]['wɔːtə(r)] , ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] [slaɪst] ['ɒrɪndʒ] .

Add	water	,	sugar	and	sliced	orange	.
添加	水	,	糖	和	切片	橙子	.

加入水、糖和橙片。

['kʌvə(r)] .

Cover	.
覆盖	.

覆盖。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	in	Gas	oven	at	350	degrees	for	one	hour	.
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	一	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤一小时。

[meɪks] [eit] [sˈɜːvɪŋz] .

Makes	8	servings	.
制作	8	份量	.

可供 8 人食用。

['ʌv(ə)n] [miːl] [ˌtuːˈtuː]

OVEN	MEAL	2
烤箱	一顿饭	2

烤箱餐 2

[hɜːb] [krɪsp] ['tʃɪkɪn]

Herb	Crisp	Chicken
草本植物	脆	鸡

香草脆皮鸡

['kærəts] ['piːkənt]

Carrots	Piquant
胡萝卜	辛辣的

辣味胡萝卜

[deɪt] [nʌt] ['pʊdɪŋ]

Date	Nut	Pudding
日期	坚果	布丁

枣椰布丁

['temprətʃə(r)] : - [dɪˈgriːz]

Temperature	:	350	degrees
温度	:	-	学位

温度：350度

[taɪm] : [wʌn]['aʊə(r)]

Time	:	1	hour
时间	:	1	小时

时间：1小时

([kəmˈpliːt] [ðə; ði] [miːl] [wɪð] [ə; eɪ] [mɪkst] [griːn] ['sæləd] , [bred] [ænd; ənd] ['bevərɪdʒ] .)

(	Complete	the	meal	with	a	Mixed	Green	Salad	,	bread	and	beverage	.	)
(	完全的	这	一顿饭	和	一个	混合	绿色的	沙拉	,	面包	和	饮料	.	)

（餐点包括什锦蔬菜沙拉、面包和饮料。）

[hɜːb] [krɪsp] ['tʃɪkɪn]
HERB **CRISP** **CHICKEN**
草本植物 脆 鸡

香草脆皮鸡

[fɔːr] ['tʃɪkɪn] [legz] [wɪð] [θaɪz] [kə'nektɪd]
4 **chicken** **legs** **with** **thighs** **connected**
4 鸡 腿 和 大腿 连接

4个带大腿的鸡腿

[ˌtuː'tuː] ['tʃɪkɪn] [brests] , [hɑːvd]
2 **chicken** **breasts** **,** **halved**
2 鸡 乳房 , 减半

2块鸡胸肉，切成两半

½ [siː] . [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk]
½ **C** **.** **evaporated** **milk**
½ C . 蒸发 牛奶

½ 杯淡奶

[wʌn][siː] . [kɔːn] [fleɪk] [krʌmz]
1 **C** **.** **corn** **flake** **crumbs**
1 C . 玉米 薄片 面包屑

杯玉米片碎屑

[fɔːr][tiː biː es piː] . [tʃɒpt] ['pɑːsli]
4 **Tbsp** **.** **chopped** **parsley**
4 汤匙 . 切碎 香菜

汤匙切碎的欧芹

[ˌtuː'tuː][tiː es piː] .
2 **tsp** **.**
2 茶匙 .

茶匙

[pə'priːkə; 'pæprɪkə]
paprika
辣椒

辣椒

[ˌtuː'tuː][tiː es piː] .
2 **tsp** **.**
2 茶匙 .

茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

¼ [tiː es piː] .
¼ **tsp** **.**
¼ 茶匙 .

¼ 茶匙

pepper35
pepper35
pepper35

pepper35

[dɪp] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['tʃɪkɪn] [ɪn] [mɪlk] ; [rəʊl] [ɪn] ['mɪkstʃə(r)] [ɒv; əv] [krʌmz] , ['pɑːsli] , [pə'priːkə; 'pæprɪkə] ,

Dip	pieces	of	chicken	in	milk	;	roll	in	mixture	of	crumbs	,	parsley	,	paprika	,
蘸	件	的	鸡	在	牛奶	;	卷	在	混合物	的	面包屑	,	香菜	,	辣椒	,

[sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] .

salt	and	pepper	.
盐	和	胡椒	.

将鸡块蘸上牛奶；裹上面包屑、欧芹、辣椒粉、盐和胡椒粉的混合物。

[pleɪs] ['tʃɪkɪn] ['piːsɪz] , [skɪn] - [saɪd] [ʌp] , [ɪn] ['ʃæləʊ] ['beɪkɪŋ] [pæn] [laɪnd] [wɪð] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]

Place	chicken	pieces	,	skin	-	side	up	,	in	shallow	baking	pan	lined	with	aluminum
地方	鸡	件	,	皮肤	-	边	向上	,	在	浅的	烘烤	平底锅	衬里	和	铝

[fɔɪl] ; [duː; də] [nɒt] [kraʊd] .

foil	;	do	not	crowd	.
挫败	;	做	不是	人群	.

将鸡块鸡皮朝上放入铺有铝箔的浅烤盘中；不要放得太挤。

[beɪk] [ɪn] [gæs] ['ʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] [wʌn] ['aʊə(r)] .

Bake	in	Gas	oven	at	350	degrees	for	1	hour	.
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

['kærəts] ['piːkənt]

CARROTS	PIQUANT
胡萝卜	辛辣的

香辣胡萝卜

1½ [tuː; tə] [ˌtuː'tuː] ['el biː] .

1½	to	2	lb	.
1½	到	2	磅	.

1.5 至 2 磅

['kærəts]

carrots
胡萝卜

胡萝卜

¼ [siː] . ['bʌtə(r)] [ɔː(r)] [ˌmɑːdʒə'riːn] , ['meltɪd]

¼	C	.	butter	or	margarine	,	melted
¼	C	.	黄油	或者	人造黄油	,	融化

¼ 杯融化的黄油或人造黄油

[ˌtuː'tuː] [tiː biː es piː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

2	Tbsp	.	brown	sugar	,	packed
2	汤匙	.	棕色的	糖	,	包装

汤匙红糖（压实）

[ˌtuː'tuː] [drɒps] [tə'bæskəʊ] [sɔːs]

2	drops	Tabasco	sauce
2	滴	塔巴斯科辣椒酱	酱

2滴塔巴斯科辣椒酱

½ [tiː es piː] .

½	tsp	.
½	茶匙	.

½ 茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[dæʃ] ['pepə(r)]
Dash **pepper**
短跑 胡椒

达什辣椒

[wʌn][ti: bi: es pi:] .
1 **Tbsp** **.**
1 汤匙 .

汤匙

[prɪ'peəd] ['mʌstəd]
prepared **mustard**
准备 芥末

芥末酱

[skreɪp] ['kærəts] ; [kʌt]['ɪntu:] ¼ - [ɪntʃ] [rɪŋz] .
Scrape **carrots** **;** **cut** **into** **¼** **-** **inch** **rings** **.**
刮 胡萝卜 ; 切 进入 ¼ - 英寸 戒指 .

将胡萝卜刮去瓤；切成 ¼ 英寸厚的圆片。

[pleɪs] ['kærəts] [ɪn] ['bʌtəd] - [eks][sɪks][eks][ˌtu:'tu:] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Place **carrots** **in** **buttered** **10** **x** **6** **x** **2** **-** **inch** **baking** **dish** **.**
地方 胡萝卜 在 涂黄油的 - x 6 x 2 - 英寸 烘烤 盘子 .

将胡萝卜放入涂有黄油的 10 x 6 x 2 英寸烤盘中。

[kəm'baɪn] ['meltɪd] ['bʌtə(r)] , [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [tə'bæskəʊ] [sɔ:s] , [sɔ:lt][ænd; ənd]['pepə(r)] ; [pɔ:(r)]['əʊvə(r)]
Combine **melted** **butter** **,** **brown** **sugar** **,** **Tabasco** **sauce** **,** **salt** **and** **pepper** **;** **pour** **over**
结合 融化 黄油 , 棕色的 糖 , 塔巴斯科辣椒酱 酱 , 盐 和 胡椒 ; 倒 超过
['kærəts] .
carrots **.**
胡萝卜 .

将融化的黄油、红糖、塔巴斯科辣椒酱、盐和胡椒粉混合；淋在胡萝卜上。

['kʌvə(r)] [wɪð] [lɪd][ɔ:(r)][ə'lu:mɪnəm; ə'lu:mənəm][fɔɪl] .
Cover **with** **lid** **or** **aluminum** **foil** **.**
覆盖 和 盖 或者 铝 挫败 .

盖上盖子或铝箔。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'gri:z] [fɔ:(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **350** **degrees** **for** **1** **hour** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 1 小时 .

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[dʒʌst][bɪ'fɔ:(r)] ['sɜ:vɪŋ] , [stɜ:(r)][ɪn] [prɪ'peəd] ['mʌstəd] .
Just **before** **serving** **,** **stir** **in** **prepared** **mustard** **.**
只是 前 服务 , 搅拌 在 准备 芥末 .

上菜前，拌入准备好的芥末酱。

[meɪks] [sɪks][tu:; tə][eit] [s'ɜ:vɪŋz] .
Makes **6** **to** **8** **servings** **.**
制作 6 到 8 份量 .

可供 6 至 8 人食用。

[deɪt] [nʌt] ['pʊdɪŋ]
DATE **NUT** **PUDDING**
日期 坚果 布丁

枣椰布丁

[θri:] [egz] , ['bi:t(ə)n]
3 **eggs** **,** **beaten**
3 鸡蛋 , 被打败

3个鸡蛋，打散

[wʌn][siː] . ['ʃʊgə(r)]

1	C	.	sugar
1	C	.	糖

杯糖

¼ [siː] . [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

¼	C	.	all	-	purpose	flour
¼	C	.	全部	-	目的	面粉

¼ 杯通用面粉

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

baking	powder
烘烤	粉末

发酵粉

¼ [tiː es piː] .

¼	tsp	.
¼	茶匙	.

¼ 茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[wʌn][siː] . [tʃɒpt] [deɪts]

1	C	.	chopped	dates
1	C	.	切碎	日期

杯切碎的枣

[wʌn][siː] . ['ɪŋglɪʃ] ['wɔːlnʌt] ['piːsɪz]

1	C	.	English	walnut	pieces
1	C	.	英语	核桃	件

C. 英国胡桃木块

[biːt] [egz] [wɪð] ['ʃʊgə(r)] [ʌn'tɪl] [laɪt] .

Beat	eggs	with	sugar	until	light	.
打	鸡蛋	和	糖	直到	光	.

用打蛋器将鸡蛋和糖搅打至颜色变浅。

[ˌeɪ diː 'diː] ['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][mɪks] [wel] .

Add	sifted	dry	ingredients	and	mix	well	.
添加	筛过的	干燥	原料	和	混合	出色地	.

加入过筛后的干料，搅拌均匀。

[stɜː(r)][ɪn] [deɪts] [ænd; ənd] [nʌts] .

Stir	in	dates	and	nuts	.
搅拌	在	日期	和	坚果	.

加入椰枣和坚果。

[tɜːn] ['mɪkstʃə(r)]['ɪntuː][ə; eɪ] [griːzd] - [eks][sɪks][eks][ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

Turn	mixture	into	a	greased	10	x	6	x	2	-	inch	baking	dish	.
转动	混合物	进入	一个	涂油	-	x	6	x	2	-	英寸	烘烤	盘子	.

将混合物倒入抹了油的 10 x 6 x 2 英寸烤盘中。

[set] [ðɪs] [dɪʃ] ['ɪntuː][ə; eɪ]['lɑːdʒə(r)][pæn] [wɪð] ½ [ɪntʃ] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .

Set	this	dish	into	a	larger	pan	with	½	inch	of	water	.
放	这	盘子	进入	一个	更大的	平底锅	和	½	英寸	的	水	.

将这道菜放入一个更大的锅中，锅里要加半英寸的水。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	**in**	**Gas**	**oven**	**at**	**350**	**degrees**	**for**	**1**	**hour**	**.**
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	**6**	**to**	**8**	**servings**	**.**
制作	6	到	8	份量	.

可供 6 至 8 人食用。

['ʌv(ə)n] [miːl] [θriː]

OVEN	**MEAL**	**3**
烤箱	一顿饭	3

烤箱餐 3

[ɪ'tæliən] [miːt] [ləʊf]

Italian	**Meat**	**Loaf**
意大利语	肉	面包

意大利肉饼

['bʌtə(r)] [beɪkt] ['kærəts]

Butter	**Baked**	**Carrots**
黄油	烘焙	胡萝卜

黄油烤胡萝卜

[griːn] [biːnz] [wɪð] ['beɪkən] [tʃɪps]

Green	**Beans**	**With**	**Bacon**	**Chips**
绿色的	豆子	和	熏肉	薯片

培根片炒四季豆

['temprətʃə(r)] : - [dɪ'griːz]

Temperature	**:**	**375**	**degrees**
温度	:	-	学位

温度：375度

[taɪm] : - ['mɪnɪts]

Time	**:**	**50**	**minutes**
时间	:	-	分钟

时间：50分钟

([kəm'pliːt] [ðə; ði] [miːl] [wɪð] [bred] , ['bevərɪdʒ] [ænd; ənd][aɪs] [kriːm] .)

(	**Complete**	**the**	**meal**	**with**	**bread**	**,**	**beverage**	**and**	**ice**	**cream**	**.**	**)**
(	完全的	这	一顿饭	和	面包	,	饮料	和	冰	奶油	.	)

（餐点还包括面包、饮料和冰淇淋。）

[ɪ'tæliən] [miːt] [ləʊf]

ITALIAN	**MEAT**	**LOAF**
意大利语	肉	面包

意大利肉饼

[ˌtuː'tuː]['slaɪsɪz] [raɪ] [bred]

2	**slices**	**rye**	**bread**
2	切片	黑麦	面包

两片黑麦面包

[ˌtuː'tuː]['slaɪsɪz] [waɪt] [bred]

2	**slices**	**white**	**bread**
2	切片	白色的	面包

两片白面包

½ [siː] . ['wɔːtə(r)]

½	**C**	**.**	**water**
½	C	.	水

半杯水

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

[graʊnd] [biːf]

ground	beef
地面	牛肉

碎牛肉

[wʌn] ['miːdiəm] ['ʌnjən] , [tʃɒpt]

1	medium	onion	,	chopped
1	中等的	洋葱	,	切碎

1个中等大小的洋葱，切碎

[wʌn][tiː biː es piː] . [tʃɒpt] ['pɑːsli]

1	Tbsp	.	chopped	parsley
1	汤匙	.	切碎	香菜

汤匙切碎的欧芹

[θriː][tiː biː es piː] .

3	Tbsp	.
3	汤匙	.

汤匙

['greɪtɪd]['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz]

grated	Parmesan	cheese
磨碎的	帕尔马干酪	奶酪

磨碎的帕玛森奶酪

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

¼ [tiː es piː] .

¼	tsp	.
¼	茶匙	.

¼ 茶匙

[blæk] ['pepə(r)]

black	pepper
黑色的	胡椒

黑胡椒

[ˌtuː'tuː][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]

2	Tbsp	.	butter	or	margarine
2	汤匙	.	黄油	或者	人造黄油

汤匙黄油或人造黄油

[wʌn][eit] - [ˌəʊ 'zed] .

1	8	-	oz	.
1	8	-	盎司	.

8 盎司

[kæn; kən] ([wʌn][siː] .) [təˈmɑːtəʊ] [sɔːs]

can	(	1	C	.	)	tomato	sauce
能	(	1	C	.	)	番茄	酱

罐装（1 杯）番茄酱

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

[ˌɒrɪˈgɑːnəʊ]

oregano
牛至

牛至

[breɪk] [bred] [ˈɪntuː] [smɔːl] [ˈpiːsɪz] [ænd; ənd] [səʊk] [ɪn] [ˈwɔːtə(r)] .

Break	bread	into	small	pieces	and	soak	in	water	.
休息	面包	进入	小的	件	和	浸泡	在	水	.

把面包掰成小块，浸泡在水中。

[kəmˈbaɪn] [biːf] [wɪð] [ˈmɔɪsnd] [bred] , [ˈʌnjən] , [ˈpɑːsli] , [tʃiːz] , [eg] , [sɔːlt] [ænd; ənd] [ˈpepə(r)] .

Combine	beef	with	moistened	bread	,	onion	,	parsley	,	cheese	,	egg	,	salt	and	pepper	.
结合	牛肉	和	湿润	面包	,	洋葱	,	香菜	,	奶酪	,	蛋	,	盐	和	胡椒	.

将牛肉与浸湿的面包、洋葱、欧芹、奶酪、鸡蛋、盐和胡椒粉混合在一起。

[mɪks] [wel] .

Mix	well	.
混合	出色地	.

充分搅拌。

[pleɪs] [ɪn] 8¾ [eks] [faɪv] [eks] 2½ - [ɪntʃ] [griːzd] [ləʊf] [pæn] .

Place	in	8¾	x	5	x	2½	-	inch	greased	loaf	pan	.
地方	在	8¾	x	5	x	2½	-	英寸	涂油	面包	平底锅	.

放入已抹油的 8¾ x 5 x 2½ 英寸面包模具中。

[dɒt] [wɪð] [ˈbʌtə(r)] .

Dot	with	butter	.
点	和	黄油	.

点缀上黄油。

[beɪk] [ɪn] [gæs] [ˈʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] .

Bake	in	Gas	oven	at	375	degrees	for	30	minutes	.
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	-	分钟	.

在燃气烤箱中以 375 度烘烤 30 分钟。

[pɔː(r)] [təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] [ˈəʊvə(r)] [miːt] [ænd; ənd] [ˈsprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ˌɒrɪˈgɑːnəʊ] .

Pour	tomato	sauce	over	meat	and	sprinkle	with	oregano	.
倒	番茄	酱	超过	肉	和	撒	和	牛至	.

将番茄酱淋在肉上，撒上牛至。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [lɒŋgə(r)] .

Bake	20	minutes	longer	.
烤	-	分钟	更长	.

再烤20分钟。

[sɜːv] [hɒt] [ɔː(r)] [kəʊld] .

Serve	hot	or	cold	.
服务	热的	或者	寒冷的	.

热食或冷食皆可。

[meɪks] [eɪt] [sˈɜːvɪŋz] . -

Makes	8	servings	.	36
制作	8	份量	.	-

可供 8 人食用。36

['bʌtə(r)] [beɪkt] ['kærəts]
BUTTER **BAKED** **CARROTS**
黄油 烘焙 胡萝卜

黄油烤胡萝卜

1½ [tuː; tə][ˌtuːˈtuː]['el biː] .
1½ **to** **2** **lb** **.**
1½ 到 2 磅 .

1.5 至 2 磅

['kærəts]
carrots
胡萝卜

胡萝卜

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

⅛ [tiː es piː] .
⅛ **tsp** **.**
⅛ 茶匙 .

⅛茶匙

['pepə(r)]
pepper
胡椒

胡椒

[ˌtuːˈtuː][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn]
2 **Tbsp** **.** **butter** **or** **margarine**
2 汤匙 . 黄油 或者 人造黄油

汤匙黄油或人造黄油

[skreɪp] ['kærəts] ; [kʌt]['ɪntuː] ¼ - [ɪntʃ] [rɪŋz] .
Scrape **carrots** **;** **cut** **into** **¼** **-** **inch** **rings** **.**
刮 胡萝卜 ; 切 进入 ¼ - 英寸 戒指 .

将胡萝卜刮去瓤；切成 ¼ 英寸厚的圆片。

[pleɪs] ['kærəts] [ɪn] ['bʌtəd] - [eks][sɪks][eks][ˌtuːˈtuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Place **carrots** **in** **buttered** **10** **x** **6** **x** **2** **-** **inch** **baking** **dish** **.**
地方 胡萝卜 在 涂黄油的 - x 6 x 2 - 英寸 烘烤 盘子 .

将胡萝卜放入涂有黄油的 10 x 6 x 2 英寸烤盘中。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [kəmˈbaɪnd][sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)] ; [dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] .
Sprinkle **with** **combined** **salt** **and** **pepper** **;** **dot** **with** **butter** **.**
撒 和 合并 盐 和 胡椒 ; 点 和 黄油 .

撒上混合盐和胡椒粉；点缀上黄油。

['kʌvə(r)] [wɪð] [lɪd][ɔː(r)][əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm][fɔɪl] .
Cover **with** **lid** **or** **aluminum** **foil** **.**
覆盖 和 盖 或者 铝 挫败 .

盖上盖子或铝箔。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **375** **degrees** **for** **50** **minutes** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 - 分钟 .

在燃气烤箱中以 375 度烘烤 50 分钟。

[meɪks] [sɪks][tuː; tə][eit] [sˈɜːvɪŋz] .
Makes **6** **to** **8** **servings** **.**
制作 6 到 8 份量 .

可供 6 至 8 人食用。

[griːn] [biːnz] [wɪð] [ˈbeɪkən] [tʃɪps]
GREEN **BEANS** **WITH** **BACON** **CHIPS**
绿色的 豆子 和 熏肉 芯片

培根片炒青豆

[ˌtuːˈtuː][nəʊ] . - [kænz] (3½ [siː] .) [kʌt] [griːn] [biːnz]
2 **No** **.** **303** **cans** **(** **3½** **C** **.** **)** **cut** **green** **beans**
2 不 . - 罐头 (3½ C .) 切 绿色的 豆子

2罐303号罐装（3.5杯）切好的青豆

[fɔːr][ˈbeɪkən][ˈslaɪsɪz]
4 **bacon** **slices**
4 熏肉 切片

4片培根

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[dæʃ] [ˈpepə(r)]
Dash **pepper**
短跑 胡椒

达什辣椒

[dreɪn] [griːn] [biːnz] .
Drain **green** **beans** **.**
流走 绿色的 豆子 .

将四季豆沥干水分。

[braʊn] [ˈbeɪkən] .
Brown **bacon** **.**
棕色的 熏肉 .

烤培根。

[rɪˈmuːv] [ˈbeɪkən][frɒm; frəm] [ˈskɪlɪt] ; [ˈkrʌmb(ə)l] .
Remove **bacon** **from** **skillet** **;** **crumble** **.**
消除 熏肉 从 煎锅 ; 崩溃 .

将培根从煎锅中取出，弄碎。

[rɪˈteɪn] [ˈəʊnli][ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv][ˈbeɪkən][fæt][ɪn] [ˈskɪlɪt] .
Retain **only** **2** **tablespoons** **of** **bacon** **fat** **in** **skillet** **.**
保持 仅有的 2 汤匙 的 熏肉 胖的 在 煎锅 .

煎锅里只保留 2 汤匙培根油。

[rɪˈtɜːn] [ˈbeɪkən][tuː; tə] [ˈskɪlɪt] .
Return **bacon** **to** **skillet** **.**
返回 熏肉 到 煎锅 .

将培根放回煎锅。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [griːn] [biːnz] , [sɔːlt][ænd; ənd][ˈpepə(r)] .
Add **green** **beans** **,** **salt** **and** **pepper** **.**
添加 绿色的 豆子 , 盐 和 胡椒 .

加入四季豆、盐和胡椒粉。

[mɪks] ['θʌrəli] .
Mix **thoroughly** **.**
混合 彻底 .

充分搅拌。

[pleɪs] ['mɪkstʃə(r)][ɪn][wʌn] - [ˌkjuː 'tiː] . ['kæsərəʊl] ; ['kʌvə(r)] .
Place **mixture** **in** **1** **-** **qt** **.** **casserole** **;** **cover** **.**
地方 混合物 在 1 - qt . 沙锅 ; 覆盖 .

将混合物放入1夸脱的砂锅中；盖上盖子。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **375** **degrees** **for** **50** **minutes** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 - 分钟 .

在燃气烤箱中以 375 度烘烤 50 分钟。

[meɪks] [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz] .
Makes **6** **to** **8** **servings** **.**
制作 6 到 8 份量 .

可供 6 至 8 人食用。

['ʌv(ə)n] [miːl] [fɔːr]
OVEN **MEAL** **4**
烤箱 一顿饭 4

烤箱餐 4

[pɔːk] [tʃɒps] [wɪð] ['bæzl]
Pork **Chops** **With** **Basil**
猪肉 排骨 和 罗勒

罗勒猪排

['jʌmi] [jæmz][ɔː(r)] [beɪkt] [jæmz]
Yummy **Yams** **OR** **Baked** **Yams**
美味 山药 或者 烘焙 山药

美味山药或烤山药

['piːkən][paɪ]
Pecan **Pie**
胡桃 馅饼

山核桃派

['temprətʃə(r)] : - [dɪ'griːz]
Temperature **:** **350** **degrees**
温度 : - 学位

温度：350度

[taɪm] : [wʌn]['aʊə(r)]
Time **:** **1** **hour**
时间 : 1 小时

时间：1小时

([kəm'pliːt] [ðə; ði] [miːl] [wɪð] [ə; eɪ] ['letɪs] [ænd; ənd][tə'mɑːtəʊ]['sæləd] , [bred] [ænd; ənd] ['bevərɪdʒ] .)
(Complete the meal with a Lettuce and Tomato Salad , bread and beverage .)
(完全的 这 一顿饭 和 一个 莴苣 和 番茄 沙拉 , 面包 和 饮料 .)

（餐点还包括生菜番茄沙拉、面包和饮料。）

[pɔːk] [tʃɒps] [wɪð] ['bæzl]
PORK **CHOPS** **WITH** **BASIL**
猪肉 排骨 和 罗勒

罗勒猪排

½ [siː] . [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]
½ **C** **.** **all** **-** **purpose** **flour**
½ C . 全部 - 目的 面粉

½ 杯通用面粉

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[wʌn][tiː es piː] .
1 **tsp** **.**
1 茶匙 .

茶匙

['gɑːlɪk][sɔːlt]
garlic **salt**
蒜 盐

蒜盐

[eit][lɔɪn] [pɔːk] [tʃɒps] , [trɪmd]
8 **loin** **pork** **chops** **,** **trimmed**
8 腰部 猪肉 排骨 , 修剪过的

8块修整过的猪里脊肉排

[wʌn][tiː biː es piː] .
1 **Tbsp** **.**
1 汤匙 .

汤匙

['ɒlɪv] [ɔɪl]
olive **oil**
橄榄 油

橄榄油

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[draɪd]['bæzl]
dried **basil**
干燥 罗勒

干罗勒

½ [siː] . ['eɪprɪkɒt]['nektə(r)]
½ **C** **.** **apricot** **nectar**
½ C . 杏 花蜜

½ 杯杏花蜜

[kəm'baɪn] ['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , [ænd; ənd]['gɑːlɪk][sɔːlt][ɪn][ə; eɪ]['peɪpə(r)][bæg] ,
Combine **flour** **,** **salt** **,** **and** **garlic** **salt** **in** **a** **paper** **bag** **,**
结合 面粉 , 盐 , 和 蒜 盐 在 一个 纸 包 ,

将面粉、盐和蒜盐放入纸袋中混合。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [tʃɒps] [ænd; ənd] [tɒs] ['laɪtli] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['θʌrəli] ['kəʊtɪd] .
add **the** **chops** **and** **toss** **lightly** **until** **they** **are** **thoroughly** **coated** **.**
添加 这 排骨 和 折腾 轻轻 直到 他们 是 彻底 涂层 .

加入肉排，轻轻翻拌至肉排均匀裹上酱汁。

[hiːt] [ɔɪl] [ɪn] ['skɪlɪt] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] - [dɪ'griːz] ; [ˌeɪ diː 'diː] [pɔːk] [tʃɒps]

Heat	**oil**	**in**	**skillet**	**on**	**thermostatic**	**top**	**burner**	**at**	**325**	**degrees**	**;**	**add**	**pork**	**chops**
热	油	在	煎锅	在	恒温	顶部	刻录机	在	-	学位	;	添加	猪肉	排骨

[ænd; ənd] [braʊn] .

and	**brown**	**.**
和	棕色的	.

在恒温炉灶上，将煎锅中的油加热至 325 度；放入猪排煎至棕色。

[ə'reɪndʒ] [ðə; ði] [tʃɒps] [ɪn][ə; eɪ] ['ʃæləʊ] [ʌn'griːst] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [wɪ'ðaʊt] ['letɪŋ] [ðem; ðəm][ˌəʊvə'læp] .

Arrange	**the**	**chops**	**in**	**a**	**shallow**	**ungreased**	**baking**	**dish**	**without**	**letting**	**them**	**overlap**	**.**
安排	这	排骨	在	一个	浅的	未涂油的	烘烤	盘子	没有	出租	他们	重叠	.

将肉排平铺在未抹油的浅烤盘中，不要让它们重叠。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] ['bæzl] .

Sprinkle	**with**	**basil**	**.**
撒	和	罗勒	.

撒上罗勒碎。

[pɔː(r)]['eɪprɪkɒt]['nektə(r)] [ə'raʊnd] [tʃɒps] .

Pour	**apricot**	**nectar**	**around**	**chops**	**.**
倒	杏	花蜜	大约	排骨	.

将杏汁淋在猪排周围。

['kʌvə(r)][ðə; ði] [dɪʃ] ['kləʊsli] [wɪð] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [fɔɪl] .

Cover	**the**	**dish**	**closely**	**with**	**aluminum**	**foil**	**.**
覆盖	这	盘子	密切	和	铝	挫败	.

用铝箔纸将菜肴严密地盖住。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	**in**	**Gas**	**oven**	**at**	**350**	**degrees**	**for**	**1**	**hour**	**.**
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [eit] [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	**8**	**servings**	**.**
制作	8	份量	.

可供 8 人食用。

['jʌmi] [jæmz]

YUMMY	**YAMS**
美味	山药

美味的山药

[θriː] 9½ - [ˌəʊ 'zed] .

3	**9½**	**-**	**oz**	**.**
3	9½	-	盎司	.

9½盎司

[kænz]['beɪbi][jæmz]

cans	**baby**	**yams**
罐头	婴儿	山药

罐装小山药

½ [tiː es piː] .

½	**tsp**	**.**
½	茶匙	.

½ 茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[wʌn] ['leмən]

1	lemon
1	柠檬

1个柠檬

[wʌn] [tɑːt] ['æp(ə)l] , [ʌn'piːld]

1	tart	apple	,	unpeeled
1	酸	苹果	,	未剥皮的

1个酸苹果，未削皮

¼ [siː] . ['hʌni]

¼	C	.	honey
¼	C	.	蜂蜜

¼ 杯蜂蜜

½ [siː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

½	C	.	brown	sugar	,	packed
½	C	.	棕色的	糖	,	包装

½ 杯红糖（压实）

[wʌn][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]

1	Tbsp	.	butter	or	margarine
1	汤匙	.	黄油	或者	人造黄油

1 汤匙黄油或人造黄油

[dreɪn] [jæmz] ; ['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt] .

Drain	yams	;	sprinkle	with	salt	.
流走	山药	;	撒	和	盐	.

将山药沥干水分，撒上盐。

[kʌt] ['leмən] [ɪn] ['veri] [θɪn] ['krɒswaɪz] ['slaɪsɪz] .

Cut	lemon	in	very	thin	crosswise	slices	.
切	柠檬	在	非常	薄的	横向	切片	.

把柠檬切成非常薄的横片。

['kwɔːtə(r)][ænd; ənd][kɔː(r)]['æp(ə)l] ; [slaɪs]['ɪntuː] ¼ - [ɪntʃ] ['slaɪsɪz] .

Quarter	and	core	apple	;	slice	into	¼	-	inch	slices	.
四分之一	和	核	苹果	;	片	进入	¼	-	英寸	切片	.

将苹果去核，切成四分之一厚的片。

[ə'reɪndʒ] [ɪn] [tuː] [rəʊz] ['leŋθwaɪz] [ɪn] - [eks][sɪks][eks][ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] ['ɔːltəneɪtɪŋ] [jæmz]

Arrange	in	two	rows	lengthwise	in	10	x	6	x	2	-	inch	baking	dish	alternating	yams
安排	在	二	行	纵向	在	-	x	6	x	2	-	英寸	烘烤	盘子	交替	山药

，

，

，

将红薯块在10×6×2英寸的烤盘中纵向摆放成两行，红薯块之间交替排列。

['leмən][ænd; ənd]['æp(ə)l]['slaɪsɪz] .

lemon	and	apple	slices	.
柠檬	和	苹果	切片	.

柠檬片和苹果片。

[pleɪs] [skɪn] [saɪd][ɒv; əv]['æp(ə)l][slaɪs] [ʌp] .

Place	skin	side	of	apple	slice	up	.
地方	皮肤	边	的	苹果	片	向上	.

将苹果片皮朝上放置。

[kəm'baɪn] ['hʌni] [ænd; ənd] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] ; [mɪks] [wel] .

Combine	honey	and	brown	sugar	;	mix	well	.
结合	蜂蜜	和	棕色的	糖	;	混合	出色地	.

将蜂蜜和红糖混合均匀。

[spuːn] ['əʊvə(r)][jæm]['mɪkstʃə(r)] .
Spoon **over** **yam** **mixture** **.**
勺子 超过 薯 混合物 .

将混合物舀到山药上。

[dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] .
Dot **with** **butter** **.**
点 和 黄油 .

点缀上黄油。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .
Bake **in** **Gas** **oven** **at** **350** **degrees** **for** **1** **hour** **.**
烤 在 气体 烤箱 在 - 学位 为了 1 小时 .

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [eit] [s'ɜːvɪŋz] . -
Makes **8** **servings** **.** **37**
制作 8 份量 . -

可供 8 人食用。37

['piːkən] [paɪ]
PECAN **PIE**
胡桃 馅饼

山核桃派

½ [siː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]
½ **C** **.** **butter** **or** **margarine**
½ C . 黄油 或者 人造黄油

½ 杯黄油或人造黄油

½ [siː] . ['ʃʊgə(r)]
½ **C** **.** **sugar**
½ C . 糖

半杯糖

[wʌn][siː] . [dɑːk] [kɔːn] ['sɪrəp]
1 **C** **.** **dark** **corn** **sirup**
1 C . 黑暗的 玉米 糖浆

杯深色玉米糖浆

[θriː] [egz] , ['slaɪtli] ['biːt(ə)n]
3 **eggs** **,** **slightly** **beaten**
3 鸡蛋 , 轻微地 被打败

3个鸡蛋，略微打散

[wʌn][tiː es piː] .
1 **tsp** **.**
1 茶匙 .

茶匙

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
vanilla **extract**
香草 提炼

香草精

1½ [siː] . [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] , ['brəʊkən]
1½ **C** **.** **pecans** **,** **broken**
1½ C . 山核桃 , 破碎的

1.5 杯碎山核桃

[wʌn] [ʌn'beɪkt] [naɪn] - [ɪntʃ] [paɪ] [ʃel]
1 **unbaked** **9** **-** **inch** **pie** **shell**
1 未烘焙的 9 - 英寸 馅饼 壳

个未烘焙的 9 英寸派皮

[kriːm] ['bʌtə(r)] ; [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] ['sləʊli] , ['kriːmɪŋ] [ʌn'tɪl] ['flʌfi] .

Cream	butter	;	add	sugar	slowly	,	creaming	until	fluffy	.
奶油	黄油	;	添加	糖	缓慢地	,	奶油	直到	蓬松的	.

搅打黄油；慢慢加入糖，搅打至蓬松。

['sləʊli] [stɜː(r)][ɪn] [kɔːn] ['sɪrəp] , [egz] , [və'nɪlə] [ænd; ənd][pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] .

Slowly	stir	in	corn	sirup	,	eggs	,	vanilla	and	pecans	.
缓慢地	搅拌	在	玉米	糖浆	,	鸡蛋	,	香草	和	山核桃	.

慢慢拌入玉米糖浆、鸡蛋、香草精和山核桃。

[pɔː(r)]['ɪntuː][paɪ] [ʃel] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Pour	into	pie	shell	and	bake	in	Gas	oven	at	350	degrees	for	1	hour	.
倒	进入	馅饼	壳	和	烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

倒入派皮中，放入燃气烤箱，以 350 度烘烤 1 小时。

[kuːl] .

Cool	.
凉爽的	.

凉爽的。

[sɜːv] [wɪð] [wɪpt] [kriːm] , [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .

Serve	with	whipped	cream	,	if	desired	.
服务	和	鞭打	奶油	, 如果		想要的	.

可根据个人喜好搭配鲜奶油食用。

['ʌv(ə)n] [miːl] [faɪv]

OVEN	MEAL	5
烤箱	一顿饭	5

烤箱餐 5

[beɪkt] ['sæmən] [ləʊf]

Baked	Salmon	Loaf
烘焙	三文鱼	面包

烤三文鱼面包

['seɪvəri] [raɪs]

Savory	Rice
美味	米

美味米饭

['bʌtəd] [ə'spærəgəs]

Buttered	Asparagus
涂黄油的	芦笋

黄油芦笋

['temprətʃə(r)] : - [dɪ'griːz]

Temperature	:	350	degrees
温度	:	-	学位

温度：350度

[taɪm] : [wʌn]['aʊə(r)]

Time	:	1	hour
时间	:	1	小时

时间：1小时

([kəm'pliːt] [ðə; ði] [miːl] [wɪð] [ə; eɪ] [bred] , ['bevərɪdʒ] [ænd; ənd] [fruːt] [dɪ'zɜːt] .)

(	Complete	the	meal	with	a	bread	,	beverage	and	fruit	dessert	.	)
(	完全的	这	一顿饭	和	一个	面包	,	饮料	和	水果	甜点	.	)

（餐点还包括面包、饮料和水果甜点。）

[beɪkt] ['sæmən] [ləʊf]

BAKED	SALMON	LOAF
烘焙	三文鱼	面包

烤三文鱼面包

[wʌn][wʌn] - ['el biː] .

1	1	-	lb	.
1	1	-	磅	.

磅

[kæn; kən] [red] ['sæmən]

can	red	salmon
能	红色的	三文鱼

红鲑鱼罐头

[ˌtuː'tuː] [egz] , ['biːt(ə)n]

2	eggs	,	beaten
2	鸡蛋	,	被打败

2个鸡蛋，打散

[θriː]['slaɪsɪz] [bred] , [kjuːbd]

3	slices	bread	,	cubed
3	切片	面包	,	立方

片面包，切成小块

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

¼ [siː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn] , ['meltɪd]

¼	C	.	butter	or	margarine	,	melted
¼	C	.	黄油	或者	人造黄油	,	融化

¼ 杯融化的黄油或人造黄油

1½ [siː] . [wɔːm] [mɪlk]

1½	C	.	warm	milk
1½	C	.	温暖的	牛奶

1.5 杯温牛奶

[dreɪn] ['sæmən] , [rɪ'muːv] [skɪn][ænd; ənd][bəʊnz] ; [fleɪk] .

Drain	salmon	,	remove	skin	and	bones	;	flake	.
流走	三文鱼	,	消除	皮肤	和	骨头	;	薄片	.

将鲑鱼沥干水分，去除鱼皮和鱼骨；将其撕成小块。

[kəm'baɪn] [ɔːl] [ɪn'griːdiənts] .

Combine	all	ingredients	.
结合	全部	原料	.

将所有材料混合。

[mɪks] ['θʌrəli] .

Mix	thoroughly	.
混合	彻底	.

充分搅拌。

[pleɪs] [ɪn] [griːzd] [naɪn][eks][faɪv][eks][θriː] - [ɪntʃ] [ləʊf][pæn] .

Place	in	greased	9	x	5	x	3	-	inch	loaf	pan	.
地方	在	涂油	9	x	5	x	3	-	英寸	面包	平底锅	.

放入抹了油的 9 x 5 x 3 英寸面包模具中。

[beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	in	Gas	oven	at	350	degrees	for	1	hour	.
烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [sɪks] [sˈɜːvɪŋz] .
Makes **6** **servings** **.**
制作 6 份量 .

可供 6 人食用。

['seɪvəri] [raɪs]
SAVORY **RICE**
美味的 米

咸味米饭

⅓ [siː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn]
⅓ **C** **.** **butter** **or** **margarine**
⅓ C . 黄油 或者 人造黄油

⅓ 杯黄油或人造黄油

[ˌtuːˈtuː] ['miːdiəm] ['ʌnjənz] , ['faɪnli] [tʃɒpt]
2 **medium** **onions** **,** **finely** **chopped**
2 中等的 洋葱 , 精细地 切碎

2个中等大小的洋葱，切碎

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk] , [mɪnst]
1 **clove** **garlic** **,** **minced**
1 丁香 蒜 , 剁碎

1瓣蒜，切碎

[wʌn] [siː] . [lɒŋ] [greɪn] [raɪs] , [ˌʌnˈkʊkt]
1 **C** **.** **long** **grain** **rice** **,** **uncooked**
1 C . 长的 粮食 米 , 生

杯长粒米，生米

[wʌn] - - [ˌəʊ ˈzed] .
1 **14** **-** **-** **oz** **.**
1 - - 盎司 .

14 盎司

[kæn; kən] ['tʃɪkɪn] [brɒθ]
can **chicken** **broth**
能 鸡 肉汤

罐装鸡汤

[wʌn][tiː es piː] .
1 **tsp** **.**
1 茶匙 .

茶匙

['mɑːdʒərəm]
marjoram
马郁兰

马郁兰

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

['pɑːsli] [fleɪks]
parsley **flakes**
香菜 薄片

欧芹片

½ [tiː es piː] .
½ **tsp** **.**
½ 茶匙 .

½ 茶匙

[taɪm]
thyme
百里香

百里香

¼ [tiː es piː] .
¼ tsp .
¼ 茶匙 .

¼ 茶匙

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[melt] ['bʌtə(r)] [ɪn] [ˌtuː'tuː] - [ˌkjuː 'tiː] . ['sɔːspən] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp] ['bɜːnə(r)] [æt; ət] ['miːdiəm] [fleɪm]
Melt butter in 2 - qt . saucepan on thermostatic top burner at medium flame
熔化 黄油 在 2 - qt . 平底锅 在 恒温 顶部 刻录机 在 中等的 火焰
[ænd; ənd] - [dɪ'griːz] .
and 300 degrees .
和 - 学位 .

在恒温炉灶上，用中火和 300 度的温度，在 2 夸脱的平底锅中融化黄油。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjənz] , ['gɑːlɪk] [ænd; ənd] [raɪs] .
Add onions , garlic and rice .
添加 洋葱 , 蒜 和 米 .

加入洋葱、大蒜和米饭。

[kʊk] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] .
Cook until lightly browned , stirring constantly .
厨师 直到 轻轻 棕色 , 搅拌 不断地 .

不断搅拌，直至略呈褐色。

[ˌeɪ diː 'diː] ['tʃɪkɪn] [brɒθ] [ænd; ənd] ['siːzniŋz] [ænd; ənd] [brɪŋ] [tuː; tə] [ə; eɪ] [bɔɪl] .
Add chicken broth and seasonings and bring to a boil .
添加 鸡 肉汤 和 调味料 和 带来 到 一个 熬 .

加入鸡汤和调味料，煮沸。

[pɔː(r)] ['ɪntuː] [ˌtuː'tuː] - [ˌkjuː 'tiː] . ['kæsərəʊl] , ['kʌvə(r)] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [gæs] ['ʌv(ə)n] [æt; ət] - [dɪ'griːz]
Pour into 2 - qt . casserole , cover and bake in Gas oven at 350 degrees
倒 进入 2 - qt . 沙锅 , 覆盖 和 烤 在 气体 烤箱 在 - 学位
[fɔː(r); fə(r)] [wʌn] ['aʊə(r)] .
for 1 hour .
为了 1 小时 .

倒入 2 夸脱的砂锅中，盖上盖子，在燃气烤箱中以 350 度烘烤 1 小时。

[stɜː(r)] [bɪ'fɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] .
Stir before serving .
搅拌 前 服务 .

食用前搅拌。

[meɪks] [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] .
Makes 6 servings .
制作 6 份量 .

可供 6 人食用。

['bʌtəd] [ə'spærəgəs]
BUTTERED ASPARAGUS
涂黄油的 芦笋

黄油芦笋

[ˌtuːˈtuː] - - - . [ˌpiːˈkeɪdʒiː] .

2	10	-	02	.	pkg	.
2	-	-	-	.	包装	.

10-02. 包装。

['frəʊz(ə)n][ə'spærəgəs]

frozen	asparagus
冷冻	芦笋

冷冻芦笋

[θriː][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn] , ['meltɪd]

3	Tbsp	.	butter	or	margarine	,	melted
3	汤匙	.	黄油	或者	人造黄油	,	融化

3汤匙融化的黄油或人造黄油

[wʌn][tiː es piː] .

1	tsp	.
1	茶匙	.

茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

¼ [tiː es piː] .

¼	tsp	.
¼	茶匙	.

¼ 茶匙

['pepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

[ˌtuːˈtuː][tiː biː es piː] .

2	Tbsp	.
2	汤匙	.

汤匙

[mɪnst] [griːn] ['ʌnjən]

minced	green	onion
剁碎	绿色的	洋葱

切碎的葱

[θɔː] [ə'spærəgəs][dʒʌst] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] ['seprət] .

Thaw	asparagus	just	enough	to	separate	.
解冻	芦笋	只是	足够的	到	分离	.

将芦笋解冻至刚好能分开的程度。

[pleɪs] [ɪn] [griːzd] 1½ - [ˌkjuː 'tiː] . ['kæsərəʊl] .

Place	in	greased	1½	-	qt	.	casserole	.
地方	在	涂油	1½	-	qt	.	沙锅	.

放入抹了油的1.5夸脱砂锅中。

[ˌeɪ diː 'diː] ['siːzniŋz] [ænd; ənd]['ʌnjən][tuː; tə] ['meltɪd] ['bʌtə(r)][ænd; ənd][pɔː(r)]['əʊvə(r)][ə'spærəgəs] .

Add	seasonings	and	onion	to	melted	butter	and	pour	over	asparagus	.
添加	调味料	和	洋葱	到	融化	黄油	和	倒	超过	芦笋	.

将调味料和洋葱加入融化的黄油中，然后淋在芦笋上。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][gæs]['ʌv(ə)n][æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Cover	and	bake	in	Gas	oven	at	350	degrees	for	1	hour	.
覆盖	和	烤	在	气体	烤箱	在	-	学位	为了	1	小时	.

盖上盖子，放入燃气烤箱，以 350 度烘烤 1 小时。

[meɪks] [sɪks] [sˈɜːvɪŋz] . -
Makes **6** **servings** **.** **38**
制作 6 份量 . -

可供 6 人食用。38

['siːkrəts] [tuː; tə] ['betə(r)] ['beɪkɪŋ]
SECRETS **TO** **BETTER** **BAKING**
秘密 到 更好的 烘烤

烘焙成功的秘诀

['bɪskɪts] [ɑː(r); ə(r)] [dɑːk] [ɒn] ['bɒtəm] , [lait] [ɒn] [tɒp]
BISCUITS **ARE** **DARK** **ON** **BOTTOM** **,** **LIGHT** **ON** **TOP**
饼干 是 黑暗的 在 底部 , 光 在 顶部

饼干底部颜色较深，顶部颜色较浅。

[pæn] [dɑːk] [ɔː(r)] ['hevi] ([juːz] ['ʃaɪni] ['kʊki] [ʃiːt])
Pan **dark** **or** **heavy** **(** **use** **shiny** **cooky** **sheet** **)**
平底锅 黑暗的 或者 重的 (使用 闪亮的 饼干 床单)

平底锅颜色较深或较重（使用光滑的烤盘）

[pæn] [tuː] [diːp] [ɔː(r)] [tuː] [lɑːdʒ]
Pan **too** **deep** **or** **too** **large**
平底锅 也 深的 或者 也 大的

平底锅太深或太大

['bɪskɪts] [ɑː(r); ə(r)] [peɪl]
BISCUITS **ARE** **PALE**
饼干 是 苍白

饼干颜色很淡。

['temprətʃə(r)] [tuː] [ləʊ]
Temperature **too** **low**
温度 也 低的

温度过低

[tuː] [mʌtʃ] ['flaʊə(r)]
Too **much** **flour**
也 很多 面粉

面粉太多了

[pæn] [tuː] [diːp] ([ɪn'vɜːt] [pæn][ɔː(r)][juːz] ['kʊki] [ʃiːt])
Pan **too** **deep** **(** **invert** **pan** **or** **use** **cooky** **sheet** **)**
平底锅 也 深的 (倒置 平底锅 或者 使用 饼干 床单)

锅太深（将锅倒扣过来或使用烤盘纸）

[bred] ['bɜːnɪŋ] [ɒn] ['bɒtəm]
BREAD **BURNING** **ON** **BOTTOM**
面包 燃烧 在 底部

面包底部烤焦了

['ʌv(ə)n] [tuː] [fʊl] ; [ʃʌt] [ɒf] ['prɒpə(r)][ˌsɜːkjə'leɪʃ(ə)n][ɒv; əv] [hiːt]
Oven **too** **full** **;** **shuts** **off** **proper** **circulation** **of** **heat**
烤箱 也 满的 ; 关闭 离开 恰当的 循环 的 热

烤箱装得太满；导致热量循环不畅。

[rɒŋ] [taɪp] [ɒv; əv][pænz] [juːst] .
Wrong **type** **of** **pans** **used** **.**
错误的 类型 的 平底锅 用过的 .

使用了错误的锅具类型。

['grænɪt] [ɔː(r)] ['hevi] [blæk] [pænz] [wɪl] [kɔːz] [ðɪs] .
Granite **or** **heavy** **black** **pans** **will** **cause** **this** **.**
花岗岩 或者 重的 黑色的 平底锅 将要 原因 这 .

花岗岩或厚重的黑色砂锅都会造成这种情况。

[pænz] [pleɪst] [tuː] [kləʊz] [tuː; tə] ['ʌv(ə)n] ['bɒtəm]
Pans **placed** **too** **close** **to** **oven** **bottom**
平底锅 放置 也 关闭 到 烤箱 底部

烤盘放置得离烤箱底部太近

[bred] ['bɜːnɪŋ] [ɒn] ['edʒɪz]
BREAD **BURNING** **ON** **EDGES**
面包 燃烧 在 边缘

面包边缘烤焦了

[pænz] [pleɪst] [tuː] [kləʊz] [tə'geðə(r)]
Pans **placed** **too** **close** **together**
平底锅 放置 也 关闭 一起

平底锅摆放得太近了

[tuː] [mʌtʃ] [dəʊ] [ɪn] [pæn]
Too **much** **dough** **in** **pan**
也 很多 面团 在 平底锅

平底锅里的面团太多了

[keɪk] [ɪz] [ˌʌndə'saɪzd]
CAKE **IS** **UNDERSIZED**
蛋糕 是 矮小

蛋糕太小了

[tuː] ['lɪt(ə)l] ['levnɪŋ]
Too **little** **leavening**
也 小的 发酵

发酵不足

['bætə(r)]
Batter **overbeaten**
连击 被击败

击球手被击败

[pæn] [tuː] [lɑːdʒ]
Pan **too** **large**
平底锅 也 大的

平底锅太大了

['temprətʃə(r)] [tuː] [haɪ]
Temperature **too** **high**
温度 也 高的

温度过高

[ɪn'griːdiənts] [nɒt] [æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)]
Ingredients **not** **at** **room** **temperature**
原料 不是 在 房间 温度

食材未处于室温

[keɪk] [ɪz] [haɪ] [ɪn] ['mɪd(ə)l]
CAKE **IS** **HIGH** **IN** **MIDDLE**
蛋糕 是 高的 在 中间

蛋糕中间很高

[tuː] [mʌtʃ] ['flaʊə(r)]
Too **much** **flour**
也 很多 面粉

面粉太多了

['temprətʃə(r)] [tuː] [haɪ]
Temperature **too** **high**
温度 也 高的

温度过高

[keɪk] [hæz; həz] ['sɒgi] [ɔ:(r)] ['rʌbəri] ['leɪə(r)]

CAKE	**HAS**	**SOGGY**	**OR**	**RUBBERY**	**LAYER**
蛋糕	有	湿漉漉的	或者	橡胶状的	层

蛋糕表面有一层湿软或有弹性的层

['bætə(r)]

Batter	**undermixed**
连击	混合不足

面糊搅拌不均匀

[tu:] ['lɪt(ə)l] ['levnɪŋ]

Too	**little**	**leavening**
也	小的	发酵

发酵不足

[tu:] [mʌtʃ] ['lɪkwɪd]

Too	**much**	**liquid**
也	很多	液体

液体过多

['temprətʃə(r)] [tu:] [ləʊ]

Temperature	**too**	**low**
温度	也	低的

温度过低

[eg] [jəʊk] [ˌʌndər'bi:tn]

Egg	**yolks**	**underbeaten**
蛋	蛋黄	被击败

蛋黄未打发

[keɪk] [fɔ:ls]

CAKE	**FALLS**
蛋糕	瀑布

蛋糕瀑布

[tu:] [mʌtʃ] ['ʃɔ:tnɪŋ] , ['lɪkwɪd][ɔ:(r)]['ʃʊgə(r)]

Too	**much**	**shortening**	**,**	**liquid**	**or**	**sugar**
也	很多	缩短	,	液体	或者	糖

过多的起酥油、液体或糖

[tu:] [mʌtʃ] ['levnɪŋ]

Too	**much**	**leavening**
也	很多	发酵

发酵过度

[ˌɪnsə'fɪʃ(ə)nt] [ɔ:(r)] [tu:] [sləʊ] ['beɪkɪŋ]

Insufficient	**or**	**too**	**slow**	**baking**
不足的	或者	也	慢的	烘烤

烘烤时间不足或过慢

[pæn] [tu:] [smɔ:l]

Pan	**too**	**small**
平底锅	也	小的

平底锅太小了

[keɪk] [hæz; həz] ['tʌnlz]

CAKE	**HAS**	**TUNNELS**
蛋糕	有	隧道

蛋糕有隧道

[nɒt] [ɪ'nʌf] ['ʃɔ:tnɪŋ]

Not	**enough**	**shortening**
不是	足够的	缩短

起酥油不够

['əuvə'miksiŋ] ['ɑ:ftə(r)] ['ædɪŋ] ['flaʊə(r)]
Overmixing **after** **adding** **flour**
过度搅拌 后 添加 面粉

加入面粉后过度搅拌

[ɔ:l] - ['pɜ:pəs] ['flaʊə(r)] [ju:st]
All **-** **purpose** **flour** **used**
全部 - 目的 面粉 用过的

使用通用面粉

[keɪk] [ɪz] [ʌn'i:v(ə)n]
CAKE **IS** **UNEVEN**
蛋糕 是 不均匀

蛋糕不均匀

[pænz] [nɒt] ['stægəd] [ɪn] ['ʌv(ə)n]
Pans **not** **staggered** **in** **oven**
平底锅 不是 交错 在 烤箱

烤箱内烤盘未错位摆放

['bætə(r)] [ʌn'i:v(ə)n] [ɪn] [pæn]
Batter **uneven** **in** **pan**
连击 不均匀 在 平底锅

面糊在平底锅中分布不均匀

[wɔ:pt] [pænz]
Warped **pans**
扭曲的 平底锅

变形的平底锅

[reɪndʒ] [nɒt] ['levə(l)]
Range **not** **level**
范围 不是 等级

范围不水平

[pænz] ['tʌtʃɪŋ] [saɪdz] [ɒv; əv] ['ʌv(ə)n] [ɔ:(r)] [i:tʃ] ['ʌðə(r)]
Pans **touching** **sides** **of** **oven** **or** **each** **other**
平底锅 接触 侧面 的 烤箱 或者 每个 其他

烤盘与烤箱侧壁或其他部件接触

[spʌndʒ] [keɪk] [fɔ:ls] [aʊt] [ɒv; əv] [pæn]
SPONGE **CAKE** **FALLS** **OUT** **OF** **PAN**
海绵 蛋糕 瀑布 出去 的 平底锅

海绵蛋糕从烤盘里掉出来了

[pæn] [gri:zd]
Pan **greased**
平底锅 涂油

平底锅涂油

[tu:] [mʌtʃ] ['ʃʊgə(r)]
Too **much** **sugar**
也 很多 糖

糖分摄入过多

[ˌɪnsə'fɪʃ(ə)nt] baking39
Insufficient **baking39**
不足的 baking39

烘焙不足39

[keɪk] [bɜ:nz] [ɒn] [saɪdz]
CAKE **BURNS** **ON** **SIDES**
蛋糕 烧伤 在 侧面

蛋糕边缘烤焦了

['ʌv(ə)n] [tuː] [fʊl]
Oven too full
烤箱 也 满的

烤箱太满了

['ʌv(ə)n] [tuː] [hɒt]
Oven too hot
烤箱 也 热的

烤箱太热

[pænz] [tuː] [kləʊz] [tuː; tə] [saɪdz] [ɒv; əv] ['ʌv(ə)n]
Pans too close to sides of oven
平底锅 也 关闭 到 侧面 的 烤箱

烤盘离烤箱边缘太近

[keɪk] [kræks] [ɒn] [tɒp]
CAKE CRACKS ON TOP
蛋糕 裂缝 在 顶部

蛋糕顶部开裂了

['ʌv(ə)n] [tuː] [hɒt]
Oven too hot
烤箱 也 热的

烤箱太热

[tuː] [θɪk] ['bætə(r)] ([ɪf] [keɪk] ['flaʊə(r)] [nɒt] [juːst] ,
Too thick batter (If cake flour not used ,
也 厚的 连击 (如果 蛋糕 面粉 不是 用过的 ,

面糊太稠（如果未使用蛋糕粉，

[dɪ'kriːs] ['kwɒntəti] [ə'baʊt] ¼ [tuː; tə] ½ [siː] . [ɔː(r)] [ɪn'kriːs] ['lɪkwɪd] ¼ [siː] .)
decrease quantity about ¼ to ½ C . or increase liquid ¼ C .)
减少 数量 关于 ¼ 到 ½ C . 或者 增加 液体 ¼ C .)

减少约 ¼ 至 ½ 杯的液体量，或增加 ¼ 杯液体量。）

['kʊkiz] [ænd; ənd] ['bɪskɪts] [tuː] [braʊn] [ɒn] [tɒp]
COOKIES AND BISCUITS TOO BROWN ON TOP
曲奇饼 和 饼干 也 棕色的 在 顶部

饼干和曲奇顶部烤得太焦了

['kʊki] [ʃiːt] [set] [tuː] [haɪ] [ɪn] ['ʌv(ə)n]
Cookie sheet set too high in oven
曲奇饼 床单 放 也 高的 在 烤箱

烤盘在烤箱里放得太高了

[ʌn'iːv(ə)n] [hiːt] [ˌdɪstrɪ'bjuːʃn] [ɪn] ['ʌv(ə)n] .
Uneven heat distribution in oven .
不均匀 热 分配 在 烤箱 .

烤箱内温度分布不均匀。

[siː] [ðæt] [vent] [ɪz] [ˌʌnəb'strʌktɪd]
See that vent is unobstructed
看 那 发泄 是 通畅

确保通风口畅通无阻。

['kʊkiz] [tuː] [dɑːk] [ɒn] ['bɒtəm]
COOKIES TOO DARK ON BOTTOM
曲奇饼 也 黑暗的 在 底部

饼干底部颜色太深了

['kʊki] [ʃiːt] [set] [ɒn] [tuː] [ləʊ] [ə; eɪ] [ræk] [ɪn] ['ʌv(ə)n]
Cookie sheet set on too low a rack in oven
曲奇饼 床单 放 在 也 低的 一个 架子 在 烤箱

烤盘放在烤箱里太低的架子上

['kʊki]	[ʃiːt]	[tuː]	[waɪd]	[ɔː(r)]	[tuː]	[lɒŋ]	[fɔː(r); fə(r)]	['ʌv(ə)n]
Cookie	**sheet**	**too**	**wide**	**or**	**too**	**long**	**for**	**oven**
曲奇饼	床单	也	宽的	或者	也	长的	为了	烤箱

烤盘太宽或太长，不适合烤箱

[ʌn'iːv(ə)n]	[ˌdɪstrɪ'bjuːʃn]	[ɒv; əv]	[hiːt]	[ɪn]	['ʌv(ə)n]
Uneven	**distribution**	**of**	**heat**	**in**	**oven**
不均匀	分配	的	热	在	烤箱

烤箱内热量分布不均

['mʌfɪn]	[hæv; həv]	['tʌnlz]	[ænd; ənd]	[ʃɑːp]	[piːks]
MUFFINS	**HAVE**	**TUNNELS**	**AND**	**SHARP**	**PEAKS**
松饼	有	隧道	和	锋利的	高峰

松饼有隧道和尖顶

['əuvə'miksiŋ]
Overmixing
过度搅拌

过度搅拌

[paɪ]	[ʃel]	[ʃriŋk]
PIE	**SHELL**	**SHRINKS**
馅饼	壳	收缩

派皮收缩

['peɪstri]	[stretʃt]	[ɪn]	[pæn]
Pastry	**stretched**	**in**	**pan**
糕点	拉伸	在	平底锅

面团在平底锅中拉伸

[tuː]	[mʌtʃ]	['wɔːtə(r)]
Too	**much**	**water**
也	很多	水

水太多了

['peɪstri]	[nɒt]	['prɪkt]	[ɪ'nʌf]
Pastry	**not**	**pricked**	**enough**
糕点	不是	刺痛	足够的

糕点上的孔不够多。

[paɪ]	[hæz; həz]	[səʊkt]	[krʌst]
PIE	**HAS**	**SOAKED**	**CRUST**
馅饼	有	浸泡过	地壳

馅饼皮已经浸透了。

['temprətʃə(r)]	[tuː]	[ləʊ]	[æt; ət]	[stɑːt]	[ɒv; əv]	['beɪkɪŋ]
Temperature	**too**	**low**	**at**	**start**	**of**	**baking**
温度	也	低的	在	开始	的	烘烤

烘焙开始时温度过低

['fɪlɪŋ]	[tuː]	['dʒuːsi]
Filling	**too**	**juicy**
填充	也	多汁的

馅料太多汁

[ə; eɪ]	[glɑːs]	[pæn]	[ɔː(r)]	[əʊld]	[dʌl]	[ɔː(r)]	[dɑːk]	[pæn]	[wɪl]	[gɪv]	[ə; eɪ]	['braʊnə(r)]	,	['krɪspə(r)]	[ˌʌndər'krʌst]
A	**glass**	**pan**	**or**	**old**	**dull**	**or**	**dark**	**pan**	**will**	**give**	**a**	**browner**	**,**	**crisper**	**undercrust**
一个	玻璃	平底锅	或者	老的	乏味的	或者	黑暗的	平底锅	将要	给	一个	棕色	,	更脆	地壳下层

玻璃烤盘或旧的、暗淡的深色烤盘能烤出颜色更深、更酥脆的饼底。

[ə'vɔɪd]	['ʃaɪni]	[tɪn]	[ɔː(r)]	['glɒsi]	[ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm]	[pænz]	[fɔː(r); fə(r)]	[paɪz]
Avoid	**shiny**	**tin**	**or**	**glossy**	**aluminum**	**pans**	**for**	**pies**
避免	闪亮的	锡	或者	光滑	铝	平底锅	为了	馅饼

做馅饼时避免使用光亮的锡盘或铝盘。

[duː; də] [nɒt] [rɪ'djuːs] ['temprətʃə(r)] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] [paɪ] [wen] ['juːzɪŋ] ['ʌv(ə)n] [glɑːs] ,

Do	not	reduce	temperature	25	degrees	for	pie	when	using	oven	glass	,
做	不是	减少	温度	-	学位	为了	馅饼	什么时候	使用	烤箱	玻璃	,

使用烤箱玻璃罩烤派时，不要将温度降低25度。

[æz; əz] [juː; jʊ] [duː; də] [wen] ['beɪkɪŋ] [ə; eɪ] [keɪk]

as	you	do	when	baking	a	cake
作为	你	做	什么时候	烘烤	一个	蛋糕

就像你烤蛋糕时那样

[tʃɪl] [ʌn'beɪkt] [krʌst] [bɪ'fɔː(r)] ['ædɪŋ] ['fɪlɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] ['kʌstəd] [ɔː(r)] ['pʌmpkɪn] [paɪz]

Chill	unbaked	crust	before	adding	filling	for	custard	or	pumpkin	pies
寒意	未烘焙的	地壳	前	添加	填充	为了	蛋奶冻	或者	南瓜	馅饼

制作蛋奶馅饼或南瓜馅饼时，先将未烘烤的饼皮冷藏，然后再加入馅料。

[paɪ] [bɜːnz] [ə'raʊnd] [edʒ] [ɒv; əv] [krʌst]

PIE	BURNS	AROUND	EDGE	OF	CRUST
馅饼	烧伤	大约	边缘	的	地壳

馅饼边缘烤焦了

['temprətʃə(r)] [tuː] [haɪ]

Temperature	too	high
温度	也	高的

温度过高

[pænz] ['tʌtʃɪŋ] [iːtʃ] ['ʌðə(r)] [ɔː(r)] ['ʌv(ə)n] [wɔːl]

Pans	touching	each	other	or	oven	wall
平底锅	接触	每个	其他	或者	烤箱	墙

锅具相互接触或接触烤箱壁

[edʒ] [ɒv; əv] [krʌst] [tuː] [θɪn]

Edge	of	crust	too	thin
边缘	的	地壳	也	薄的

地壳边缘太薄

['grænɪt] [ɔː(r)] [blæk] ['met(ə)l] [pæn] [meɪ] [kɔːz] ['skɔːtʃɪŋ]

Granite	or	black	metal	pan	may	cause	scorching
花岗岩	或者	黑色的	金属	平底锅	可能	原因	灼热

花岗岩或黑色金属锅可能会导致烧焦

[paɪ] [hæz; həz] [peɪl] [tɒp]

PIE	HAS	PALE	TOP
馅饼	有	苍白	顶部

馅饼顶部颜色较浅。

['ʌv(ə)n] [nɒt] [hɒt] [ɪ'nʌf]

Oven	not	hot	enough
烤箱	不是	热的	足够的

烤箱温度不够高

['ʌv(ə)n] [tuː] [fʊl] ['kʌtɪŋ] [ɒf] [ˌsɜːkjə'leɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [eə(r)]

Oven	too	full	cutting	off	circulation	of	air
烤箱	也	满的	切割	离开	循环	的	空气

烤箱装得太满，阻碍了空气流通。

[brʌʃ] [tɒp] [wɪð] [mɪlk] [ɔː(r)] [kriːm]

Brush	top	with	milk	or	cream
刷子	顶部	和	牛奶	或者	奶油

在表面刷上一层牛奶或奶油

[paɪ] [nɒt] [braʊn] [ɪ'nʌf] [ɒn] ['bɒtəm]

PIE	NOT	BROWN	ENOUGH	ON	BOTTOM
馅饼	不是	棕色的	足够的	在	底部

馅饼底部烤得不够焦黄

['ʃaɪni] [tɪn] [ɔː(r)] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm] [pæn] [meɪ] [kɔːz] [ðɪs] ['prɒbləm]

Shiny	tin	or	aluminum	pan	may	cause	this	problem
闪亮的	锡	或者	铝	平底锅	可能	原因	这	问题

光亮的锡锅或铝锅可能会导致这个问题。

['fɪlɪŋ] [tuː] [θɪn] — ['səʊkɪŋ] ['bɒtəm] ['peɪstri]

Filling	too	thin	—	soaking	bottom	pastry
填充	也	薄的	—	浸泡	底部	糕点

馅料太稀——底部酥皮都泡软了

['temprətʃə(r)] [tuː] low40

Temperature	too	low40
温度	也	low40

温度过低40

['brɔɪlə(r)]

BROILER

肉鸡

肉鸡

['brɔɪlɪŋ] [ɪz] [ə; eɪ] [fɑːst] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] .

Broiling	is	a	fast	method	of	cooking	.
烤制	是	一个	快速地	方法	的	烹饪	.

烤制是一种快速的烹饪方法。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['sməʊkləs] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði]['brɔɪlə(r)] [fleɪm] ['lɪtərəli] [kən'sjuːmz] ['eni] [sməʊk] [fɔːmd] .

It	is	smokeless	because	the	broiler	flame	literally	consumes	any	smoke	formed	.
它	是	无烟	因为	这	肉鸡	火焰	字面上地	消耗	任何	抽烟	形成	.

它之所以无烟，是因为烤架的火焰会完全燃烧掉产生的任何烟雾。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kuːl] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dʌn] [wɪð] [ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd]['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] [dɔːz] [kləʊzd] .

It	is	cool	because	it	is	done	with	the	oven	and	broiler	compartment	doors	closed	.
它	是	凉爽的	因为	它	是	完毕	和	这	烤箱	和	肉鸡	隔间	门	关闭	.

这样做的好处是烤箱和烤架隔间的门都是关着的。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][nəʊ][set] [ruːlz] [fɔː(r); fə(r)]['brɔɪlə(r)] ['kʊkɪŋ] [taɪm] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [fuːdz] ['veəri] ,

There	are	no	set	rules	for	broiler	cooking	time	because	foods	vary	,
那里	是	不	放	规则	为了	肉鸡	烹饪	时间	因为	食物	各不相同	,

由于食物种类繁多，烤肉时间没有固定规则。

['pɜːsən(ə)l] ['pref(ə)rənsɪz] ['dɪfə(r)][ænd; ənd]['brɔɪlə(r)] ['bɜːrnər] ['veəri] [ɪn] [spiːd] [ænd; ənd] [pə'fɔːməns] [ˌkærəktə'rɪstɪks] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə] [taɪp] .

personal	preferences	differ	and	broiler	burners	vary	in	speed	and	performance	characteristics	according	to	type	.
个人的	偏好	不同	和	肉鸡	燃烧器	各不相同	在	速度	和	表现	特征	根据	到	类型	.

个人喜好各不相同，烤肉炉燃烧器的转速和性能特点也因类型而异。

['dʒen(ə)rəl] ['brɔɪlɪŋ] [tɪps]

GENERAL BROILING TIPS

一般的 烤制 尖端

烧烤通用技巧

['ɔːlweɪz] [brɔɪl] [wɪð] [fʊl] [fleɪm] [ən'les] ['ʌðəwaɪz] ['spesɪfaɪd] [ɪn] ['resəpi] .

Always	broil	with	full	flame	unless	otherwise	specified	in	recipe	.
总是	烤	和	满的	火焰	除非	否则	指定的	在	食谱	.

除非食谱另有规定，否则务必使用最大火力烤制。

[ɪf] ['resəpi] [rɪ'kwaɪəz] [ləʊ] [fleɪm] , [ˌpriː'hiːt] [ɒn] [fʊl] [fleɪm] [fɜːst] ;

If	recipe	requires	low	flame	,	preheat	on	full	flame	first	;
如果	食谱	需要	低的	火焰	,	预热	在	满的	火焰	第一的	;

如果食谱要求小火慢煮，请先用大火预热；

[ðen] ['ləʊə(r)] [fleɪm] [tuː; tə] [ə'baʊt] - [dɪ'griːz] [tuː; tə] [brɔɪl] [fuːd] .

then	lower	flame	to	about	325	degrees	to	broil	food	.
然后	降低	火焰	到	关于	-	学位	到	烤	食物	.

然后将火调至约 325 度，用烤箱烤制食物。

[wen] [ˌpriː'hiːtɪŋ] , [rɪ'muːv] [ðə; ði]['brɔɪlə(r)][pæn][frɒm; frəm][ðə; ði]['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] .

When	preheating	,	remove	the	broiler	pan	from	the	broiler	compartment	.
什么时候	预热	,	消除	这	肉鸡	平底锅	从	这	肉鸡	隔间	.

预热时，将烤盘从烤箱的烤架隔间中取出。

[ˌpriː'hiːt] ['brɔɪlə(r)][faɪv][tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Preheat	broiler	5	to	10	minutes	.
预热	肉鸡	5	到	-	分钟	.

预热烤箱5至10分钟。

[ðɪs] [spiːdz] [ʌp] ['brɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] [gɪvz] ['braʊnə(r)][ænd; ənd]['dʒuːsiːə] [miːts] .

This	speeds	up	broiling	and	gives	browner	and	juicier	meats	.
这	速度	向上	烤制	和	给予	棕色	和	多汁	肉类	.

这样可以加快烤制速度，使肉质更焦黄、更多汁。

[ɪf] ['brɔɪlə(r)][ɪz][nɒt] [ˌpriː'hiːtɪd] , [ə'laʊ] [ə; eɪ][fjuː]['ekstrə] ['mɪnɪts] [ɒn][ðə; ði] ['brɔɪlɪŋ] [taɪm] .

If	broiler	is	not	preheated	,	allow	a	few	extra	minutes	on	the	broiling	time	.
如果	肉鸡	是	不是	预热	,	允许	一个	很少	额外的	分钟	在	这	烤制	时间	.

如果烤箱没有预热，请延长烤制时间几分钟。

[duː; də][nɒt][juːz][ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][fɔɪl][ɒn][ðə; ði]['brɔɪlə(r)][ɪn'sɜːt] ,

Do	not	use	aluminum	foil	on	the	broiler	insert	,
做	不是	使用	铝	挫败	在	这	肉鸡	插入	,

请勿在烤架内胆上使用铝箔。

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [blɒk] [ðə; ði] [ɪn'sɜːt] ['oʊpənɪŋz] [ænd; ənd] [prɪ'vent] ['dreɪnɪdʒ] [ɒv; əv][fæt][ænd; ənd]

for	it	will	block	the	insert	openings	and	prevent	drainage	of	fat	and
为了	它	将要	堵塞	这	插入	开口	和	防止	引流	的	胖的	和

['drɪpɪŋ] .

drippings	.
滴落物	.

因为它会堵塞插入口，阻止油脂和汁液的排出。

[ə'laʊənsɪz] [mʌst; məst][biː; bi] [meɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['brɔɪlɪŋ] [lɑːdʒ] [k'wɒntɪtɪz] [ɒv; əv] [miːt] [æt; ət][wʌn]

Allowances	must	be	made	for	broiling	large	quantities	of	meat	at	one
津贴	必须	是	制成	为了	烤制	大的	数量	的	肉	在	一

[taɪm][baɪ] ['ləʊərɪŋ] ['brɔɪlə(r)][pæn][pə'zɪʃ(ə)n] .

time	by	lowering	broiler	pan	position	.
时间	经过	降低	肉鸡	平底锅	位置	.

一次烤制大量肉类时，必须降低烤盘的位置。

[miːt] [fɔː(r); fə(r)] ['brɔɪlɪŋ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['tendə(r)] , [bʌt; bət] [niːd] [nɒt][biː; bi] [ɪk'spensɪv] .

Meat	for	broiling	should	be	tender	,	but	need	not	be	expensive	.
肉	为了	烤制	应该	是	投标	,	但	需要	不是	是	昂贵的	.

烤肉用的肉应该鲜嫩，但不必很贵。

['hæmbɜːgə(r)z] , ['wiːnə(r)] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . [ɑː(r); ə(r)]['teɪsti] [wen] [brɔɪld] .

Hamburgers	,	weiners	,	etc	.	are	tasty	when	broiled	.
汉堡包	,	香肠	,	ETC	.	是	可口	什么时候	烤制	.

汉堡包、热狗等食物烤着吃味道鲜美。

[viːl] [ænd; ənd] [freʃ] [pɔːk] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [brɔɪld] .

Veal	**and**	**fresh**	**pork**	**should**	**not**	**be**	**broiled**	**.**
小牛肉	和	新鲜的	猪肉	应该	不是	是	烤制	.

小牛肉和新鲜猪肉不宜烤制。

[viːl] [ɪz] [tuː] [liːn] .

Veal	**is**	**too**	**lean**	**.**
小牛肉	是	也	倾斜	.

小牛肉太瘦了。

[pɔːk] [rɪˈkwaɪəz] [lɒŋ] , [sləʊ] [ˈkʊkɪŋ] [tuː; tə] [biː; bi] [ˈiːt(ə)n] [ˈseɪfli] .

Pork	**requires**	**long**	**,**	**slow**	**cooking**	**to**	**be**	**eaten**	**safely**	**.**
猪肉	需要	长的	,	慢的	烹饪	到	是	吃	安全	.

猪肉需要长时间慢煮才能安全食用。

[ˈɔːlweɪz] [tɜːn] [miːt] [wɪð] [tɒŋz] ,

Always	**turn**	**meat**	**with**	**tongs**	**,**
总是	转动	肉	和	钳	,

翻动肉的时候一定要用夹子。

[æz; əz] [ˈpɪəsɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔːk] [wɪl] [kɔːz] [ʌnˈnesəsəri; ʌnˈnesɪsəri] [lɒs] [ɒv; əv] [miːt] [dʒuːs] .

as	**piercing**	**it**	**with**	**a**	**fork**	**will**	**cause**	**unnecessary**	**loss**	**of**	**meat**	**juices**	**.**
作为	冲孔	它	和	一个	叉	将要	原因	不必要	损失	的	肉	果汁	.

用叉子刺穿会导致肉汁不必要地流失。

[əˈlaʊ] [miːt] [tuː; tə] [braʊn] [wel] [ɒn] [ðə; ðɪ] [fɜːst] [saɪd] [bɪˈfɔː(r)] [ˈtɜːnɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː] .

Allow	**meat**	**to**	**brown**	**well**	**on**	**the**	**first**	**side**	**before**	**turning**	**it**	**.**
允许	肉	到	棕色的	出色地	在	这	第一的	边	前	转弯	它	.

先将肉的一面煎至金黄，再翻面。

[wen] [ˈtɜːnɪŋ] [miːt] ,

When	**turning**	**meat**	**,**
什么时候	转弯	肉	,

翻动肉的时候，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

从我的厨房到你的厨房(To Your Kitchen From Mine)
第4/4页

[pleɪs] [ɒn] [ɪts] [ə'rɪdʒən(ə)l] [spɒt] [tuː; tə] ['kʌvə(r)] [ðə; ði] ['griːsi] ['eəriə] [ænd; ənd] [prɪ'vent]
place **on** **its** **original** **spot** **to** **cover** **the** **greasy** **area** **and** **prevent**
地方 在 它是 原来的 点 到 覆盖 这 腻 区域 和 防止
[ʌn'nesəsəri; ʌn'nesɪsəri] ['tʃɑːrɪŋ] [ɒn] [ðə; ði] [pæn] [ɪn'sɜːt] .
unnecessary **charring** **on** **the** **pan** **insert** **.**
不必要 烧焦 在 这 平底锅 插入 .

将其放回原位，盖住油腻区域，防止锅底内胆出现不必要的焦化。

[ɔːl'ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['pɒsəb(ə)l] [tuː; tə] [brɔɪl] ['frəʊz(ə)n] [miːt] , [ə; eɪ] ['betə(r)] ['prɒdʌkt] [ɪz] [əb'teɪnd] [baɪ]
Although **it** **is** **possible** **to** **broil** **frozen** **meat** **,** **a** **better** **product** **is** **obtained** **by**
虽然 它 是 可能的 到 烤 冷冻 肉 , 一个 更好的 产品 是 获得 经过
['θɔːɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] ['brɔɪlɪŋ] .
thawing **before** **broiling** **.**
解冻 前 烤制 .

虽然可以烤冷冻肉，但先解冻再烤可以获得更好的口感。

[haʊ'evə(r)] , [ɪf] ['frəʊz(ə)n] , [ɪn'kriːs] ['dɪstəns] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['bɜːnə(r)] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [mɔː(r)] [taɪm]
However **,** **if** **frozen** **,** **increase** **distance** **from** **the** **burner** **and** **allow** **more** **time**
然而 , 如果 冷冻 , 增加 距离 从 这 刻录机 和 允许 更多的 时间
[ðæn; ðən] [ðə; ði] [tʃɑːt] ['ɪndɪkeɪts] .
than **the** **chart** **indicates** **.**
比 这 图表 表示 .

但是，如果结冰，请增加与燃烧器的距离，并延长烹饪时间，比图表所示时间更长。

[ɪn] [ə; eɪ] [gæs] [reɪndʒ] [ðæt] [hæz; həz] [ə; eɪ] ['brɔɪlə(r)] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] ,
In **a** **Gas** **range** **that** **has** **a** **broiler** **below** **the** **oven** **,**
在 一个 气体 范围 那 有 一个 肉鸡 以下 这 烤箱 ,

在烤箱下方带有烤架的燃气灶中，

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['pɒsəb(ə)l] [tuː; tə] [beɪk] [ænd; ənd] [brɔɪl] [æt; ət] [ðə; ði] [seɪm] [taɪm] .
it **is** **possible** **to** **bake** **and** **broil** **at** **the** **same** **time** **.**
它 是 可能的 到 烤 和 烤 在 这 相同的 时间 .

可以同时进行烘烤和烧烤。

[hæm] , [fɪʃ] , ['tʃɪkɪn] , ['sænwɪtʃz] ,
Ham **,** **fish** **,** **chicken** **,** **sandwiches** **,**
火腿 , 鱼 , 鸡 , 三明治 ,

火腿、鱼、鸡肉、三明治

[kəʊld] [kʌts] [ænd; ənd] [fruːt] [ɑː(r); ə(r)] [dʒʌst] [ə; eɪ] [fjuː] [ɒv; əv] [ðə; ði] [fuːdz] [ðæn; ðən] [kæn; kən] [biː; bi]
cold **cuts** **and** **fruit** **are** **just** **a** **few** **of** **the** **foods** **than** **can** **be**
寒冷的 削减 和 水果 是 只是 一个 很少 的 这 食物 比 能 是
[brɔɪld] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ] [ləʊ] [fleɪm] .
broiled **using** **a** **low** **flame** **.**
烤制 使用 一个 低的 火焰 .

冷切肉和水果只是可以用小火烤制的几种食物。

['brɔɪlɪŋ] [taɪm] [wɪl] [biː; bi] ['leŋθənd] [baɪ] [ðɪs] ['meθəd] .
Broiling **time** **will** **be** **lengthened** **by** **this** **method** **.**
烤制 时间 将要 是 加长 经过 这 方法 .

这种方法会延长烧烤时间。

[miːt] [wɪl] [hæv; həv] [ə; eɪ] [les] ['krʌsti] ['sɜːfɪs] [bʌt; bət] [wɪl] [biː; bi] ['tendə(r)] [ænd; ənd] ['dʒuːsi] . -
Meat **will** **have** **a** **less** **crusty** **surface** **but** **will** **be** **tender** **and** **juicy** **.** **41**
肉 将要 有 一个 较少的 硬皮的 表面 但 将要 是 投标 和 多汁的 . -

肉的表面酥脆度会降低，但肉质会鲜嫩多汁。41

[ˌɪnfrə'red] ['brɔɪlɪŋ] [gaɪd]
INFRARED **BROILING** **GUIDE**
红外线的 烤制 指导

红外线烧烤指南

[rɪ'muːv] ['brɔɪlə(r)][pæn][bɪ'fɔː(r)] [ˌpriː'hiːtɪŋ] .
Remove **broiler** **pan** **before** **preheating** **.**
消除 肉鸡 平底锅 前 预热 .

预热前请取出烤盘。

[juːz] [haɪ] [fleɪm] [fɔː(r); fə(r)] [ˌpriː'hiːtɪŋ] [ænd; ənd] ['kʊkɪŋ] .
Use **high** **flame** **for** **preheating** **and** **cooking** **.**
使用 高的 火焰 为了 预热 和 烹饪 .

预热和烹饪时请使用大火。

[ˌpriː'hiːt] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Preheat **5** **minutes** **.**
预热 5 分钟 .

预热5分钟。

[fuːd] ['dʌnnəs] [dɪ'skrɪpʃn] ['ɪntʃɪz] [bɪ'twiːn] [tɒp] [ɒv; əv] [fuːd] [ænd; ənd] [fleɪm] ['mɪnɪts]
FOOD **DONENESS** **DESCRIPTION** **INCHES** **BETWEEN** **TOP** **OF** **FOOD** **AND** **FLAME** **MINUTES**
食物 完成 描述 英寸 之间 顶部 的 食物 和 火焰 分钟
['brɔɪlɪŋ] [taɪm] ['tɜːnɪŋ] [wʌns]
BROILING **TIME** **TURNING** **ONCE**
烤制 时间 转弯 一次

食物熟度描述：食物顶部与火焰之间的距离（英寸） 烘烤时间（分钟） 翻面一次

[miːt]
MEAT
肉

肉

['beɪkən] [krɪsp] ['regjələ(r)] [slaɪst] [faɪv][faɪv]
Bacon **Crisp** **Regular** **sliced** **5** **5**
熏肉 脆 常规的 切片 5 5

培根脆片（普通切片）5片

[hæm] ½ [ɪntʃ] [slaɪs] [sɪks] -
Ham **½** **inch** **slice** **6** **10**
火腿 ½ 英寸 片 6 -

火腿片（1/2英寸厚） 6 10

['hæmbɜːgə(r)] ['miːdiəm] ½ [ɪntʃ] [sɪks][eit]
Hamburger **Medium** **½** **inch** **6** **8**
汉堡包 中等的 ½ 英寸 6 8

中等大小的汉堡肉饼，1/2英寸，6个，8个

[wel] - [dʌn] ½ [ɪntʃ] [sɪks] -
Well **-** **done** **½** **inch** **6** **10**
出色地 - 完毕 ½ 英寸 6 -

烤得恰到好处 ½ 英寸 6 10

[hɒt] [dɒgz] [skɔːd] [daɪ'ægənəli][eit][θriː]
Hot **Dogs** **Scored** **diagonally** **8** **3**
热的 狗 得分 对角线 8 3

热狗斜线得分 8 3

[læm] [tʃɒps] ['miːdiəm] [wʌn] [ɪntʃ] [faɪv] -
Lamb **Chops** **Medium** **1** **inch** **5** **10**
羊肉 排骨 中等的 1 英寸 5 -

中等大小羊排，1英寸，5-10块

[wel] - [dʌn] [wʌn] [ɪntʃ] [sɪks] -
Well - done 1 inch 6 16
出色地 - 完毕 1 英寸 6 -

做得好 1 英寸 6 16

['lɪvə(r)] [wel] - [dʌn] ¼ [ɪntʃ] [faɪv]['sɛvən]
Liver Well - done ¼ inch 5 7
肝 出色地 - 完毕 ¼ 英寸 5 7

全熟肝脏 ¼ 英寸 5 7

[steɪk] , [kjuːb] ['miːdiəm] ¼ [ɪntʃ] [θriː][fɔːr]
Steak , cube Medium ¼ inch 3 4
牛排 , 立方体 中等的 ¼ 英寸 3 4

牛排，中等大小，¼英寸，3/4块

[steɪk] [reə(r)][wʌn] [ɪntʃ] [fɔːr][eit]
Steak Rare 1 inch 4 8
牛排 稀有的 1 英寸 4 8

牛排，三分熟，1英寸，4/8

[wel] - [dʌn] [wʌn] [ɪntʃ] [fɔːr] -
Well - done 1 inch 4 10
出色地 - 完毕 1 英寸 4 -

做得好 1 英寸 4 10

[reə(r)] 1½ ['ɪntʃɪz] [faɪv] - - -
Rare 1½ inches 5 12 - 14
稀有的 1½ 英寸 5 - - -

罕见 1½ 英寸 5 12-14

[wel] - [dʌn] 1½ ['ɪntʃɪz] [faɪv] -
Well - done 1½ inches 5 18
出色地 - 完毕 1½ 英寸 5 -

烤得恰到好处 1½ 英寸 5 18

[reə(r)][ˌtuːˈtuː] ['ɪntʃɪz] [sɪks] -
Rare 2 inches 6 25
稀有的 2 英寸 6 -

罕见 2 英寸 6 25

[wel] - [dʌn] [ˌtuːˈtuː] ['ɪntʃɪz] [sɪks] -
Well - done 2 inches 6 30
出色地 - 完毕 2 英寸 6 -

烤得好 2 英寸 6 30

[fɪʃ]
FISH
鱼

鱼

['fɪlɪt] ½ [ɪntʃ] ['sɛvən] -
Fillets ½ inch 7 10
鱼片 ½ 英寸 7 -

鱼片 ½ 英寸 7 10

[wʌn] [ɪntʃ] [naɪn] -
1 inch 9 12
1 英寸 9 -

1英寸 9 12

['lɒbstə(r)][θriː] ['aʊnsɪz] [sɪks] -
Lobster 3 ounces 6 10
龙虾 3 盎司 6 -

龙虾 3盎司 6 10

['sɛvən] ['aʊnsɪz] [naɪn] -
7 **ounces** **9** **20**
7 盎司 9 -

7盎司 9 20

[ʃrɪmp] ['miːdiəm] [saɪz][faɪv][faɪv]
Shrimp **Medium** **size** **5** **5**
虾 中等的 尺寸 5 5

中等大小的虾 5 5

['pəʊltri]
POULTRY
家禽

家禽

['tʃɪkɪn] [hɑːvz] [ɔː(r)] [brest] [naɪn] -
Chicken **Halves** **or** **Breast** **9** **2042**
鸡 一半 或者 胸部 9 -

鸡胸肉或半块鸡胸肉 9 2042

[riː'hiːtɪŋ] [fuːd] [ɪn] [ðə; ðɪ] [ˌɪnfrə'red] ['brɔɪlə(r)]
REHEATING **FOOD** **IN** **THE** **INFRARED** **BROILER**
再加热 食物 在 这 红外线的 肉鸡

在红外线烤炉中重新加热食物

[fuːd] [ðæt] [hæz; həz] [biːn] [kʊkt] , [riː'hiːt] [ɪk'sepʃənəli] [wel] [ɪn][ðə; ðɪ][ˌɪnfrə'red]['brɔɪlə(r)] .
Food **that** **has** **been** **cooked** **,** **reheats** **exceptionally** **well** **in** **the** **infrared** **broiler** **.**
食物 那 有 到过 煮熟 , 重新加热 非常 出色地 在 这 红外线的 肉鸡 .

用红外线烤炉重新加热熟食效果非常好。

[ˌpriː'hiːt] [æz; əz]['juːʒuəl] .
Preheat **as** **usual** **.**
预热 作为 通常 .

照常预热。

[juːz] [haɪ] [fleɪm] .
Use **High** **flame** **.**
使用 高的 火焰 .

使用大火。

['tɜːnɪŋ] [ɪz]['ɒpʃən(ə)l] .
Turning **is** **optional** **.**
转弯 是 选修的 .

转身是可选的。

[bɪ'fɔː(r)] [riː'hiːtɪŋ] :
BEFORE **REHEATING** **:**
前 再加热 :

重新加热前:

[fuːd] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)] , [ɪf] ['pɒsəb(ə)l] .
Food **should** **be** **at** **room** **temperature** **,** **if** **possible** **.**
食物 应该 是 在 房间 温度 , 如果 可能的 .

食物最好保持室温。

[brʌʃ] [fruːts] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz] [wɪð] ['bʌtə(r)] .
Brush **fruits** **and** **vegetables** **with** **butter** **.**
刷子 水果 和 蔬菜 和 黄油 .

在水果和蔬菜上刷上黄油。

['dɪstəns] [ænd; ənd] [taɪm] :
DISTANCE **AND** **TIME** **:**
距离 和 时间 :

距离和时间:

['veəriz]	[wɪð]	['θɪknəs]	[ænd; ənd]	['kwɒntəti]	[ɒv; əv]	[fu:d]	.
Varies	**with**	**thickness**	**and**	**quantity**	**of**	**food**	**.**
变化	和	厚度	和	数量	的	食物	.

因食物的厚度和数量而异。

['hæmbɜ:gə(r)]	,	[tʃɒps]	,	['tʃɪkɪn]	[ænd; ənd]	['si:fu:d]	[ˌri:'hi:t]	[sək'sesfəli]	[æt; ət]	[ðə; ði]	[seɪm]	['dɪstəns]
Hamburger	**,**	**chops**	**,**	**chicken**	**and**	**seafood**	**reheat**	**successfully**	**at**	**the**	**same**	**distance**
汉堡包	,	排骨	,	鸡	和	海鲜	再加热	成功地	在	这	相同的	距离

[ænd; ənd]	[taɪm]	[rɪ'kwaɪəd]	[wen]	[ə'rɪdʒənəli]	[kʊkt]	.
and	**time**	**required**	**when**	**originally**	**cooked**	**.**
和	时间	必需的	什么时候	起初	煮熟	.

汉堡包、猪排、鸡肉和海鲜在与最初烹饪时相同的距离和时间内都能成功重新加热。

['rəʊstɪd]	[mi:t]	,	[slaɪst]	¼	-	[ɪntʃ]	[θɪk]	,	[ri:'hi:t]	[sək'sesfəli]	[θri:]	['ɪntʃɪz]	[frɒm; frəm]	[ðə; ði]	[fleɪm]	[ɪn]
Roasted	**meat**	**,**	**sliced**	**¼**	**-**	**inch**	**thick**	**,**	**reheats**	**successfully**	**3**	**inches**	**from**	**the**	**flame**	**in**
烤	肉	,	切片	¼	-	英寸	厚的	,	重新加热	成功地	3	英寸	从	这	火焰	在

[ˌtu:'tu:]	[tu:; tə]	[θri:]	['mɪnɪts]	.
2	**to**	**3**	**minutes**	**.**
2	到	3	分钟	.

烤肉切成 ¼ 英寸厚的片，放在距离火焰 3 英寸的地方，2 到 3 分钟即可成功重新加热。

['tɜ:nɪŋ]	[ɪz]	[nɒt]	['nesəsəri]	.
Turning	**is**	**not**	**necessary**	**.**
转弯	是	不是	必要的	.

无需转身。

[kən'venʃən(ə)l]	['brɔɪlɪŋ]	[gaɪd]
CONVENTIONAL	**BROILING**	**GUIDE**
传统的	烤制	指导

传统烤肉指南

[fu:d]	['θɪknəs]	['ɪntʃɪz]	[bɪ'twi:n]	[tɒp]	[ɒv; əv]	[fu:d]	[ænd; ənd]	[fleɪm]	['brɔɪlɪŋ]	[taɪm]
Food	**Thickness**	**Inches**	**between**	**Top**	**of**	**Food**	**and**	**Flame**	**Broiling**	**Time**
食物	厚度	英寸	之间	顶部	的	食物	和	火焰	烤制	时间

食物厚度（英寸），指食物顶部到火焰炙烤时间的距离

['tɜ:nɪŋ]	[wʌns]	(	['mɪnɪts]	)
Turning	**Once**	**(**	**minutes**	**)**
转弯	一次	(	分钟	)

转动一次（分钟）

['beɪkən]	[θɪn]	['slaɪsɪz]	[θri:]	-	[faɪv]	[faɪv]
Bacon	**Thin**	**Slices**	**3**	**-**	**5**	**5**
熏肉	薄的	切片	3	-	5	5

培根薄片 3-5 片

(	[nəʊ]	['tɜ:nɪŋ]	)
(	**no**	**turning**	**)**
(	不	转弯	)

（禁止转弯）

[mi:t]	['pætiz]	[wʌn]	[ɪn]	.
Meat	**Patties**	**1**	**in**	**.**
肉	肉饼	1	在	.

肉饼 1 英寸

['pætiz]	[ˌtu:'tu:]	-	[θri:]
patties	**2**	**-**	**3**
肉饼	2	-	3

肉饼 2-3

['miːdiəm] [eit] - -
Medium 8 - 12
中等的 8 - -

中等 8-12

[wel] - [dʌn] - - -
Well - done 12 - 20
出色地 - 完毕 - - -

做得好 12-20

['lɪvə(r)] ½ [tuː; tə] ¾ [ɪn] . [θriː][sɪks] - -
Liver ½ to ¾ in . 3 6 - 10
肝 ½ 到 ¾ 在 . 3 6 - -

肝脏 ½ 至 ¾ 英寸 3 6-10

['lɒbstə(r)][fɔːr] - [faɪv] - - -
Lobster 4 - 5 20 - 25
龙虾 4 - 5 - - -

龙虾 4-5 20-25

[fruːt]
Fruit
水果

水果

(['greɪpfruːt] , [tə'mɑːtəʊ][ɔː(r)] [piːtʃ] [hɑːvz]) [θriː] - [fɔːr][faɪv] - -
(Grapefruit , tomato or peach halves) 3 - 4 5 - 10
(柚子 , 番茄 或者 桃 一半) 3 - 4 5 - -

（葡萄柚、番茄或桃子切半）3-4个 5-10个

([nəʊ] ['tɜːnɪŋ]) -
(no turning) 43
(不 转弯) -

（禁止转弯）43

['brɔɪlə(r)] ['resəpɪz]
BROILER RECIPES
肉鸡 食谱

肉鸡食谱

[brɔɪld] [steɪks]
BROILED STEAKS
烤制 牛排

烤牛排

[steɪk] [ɪz] ['prɒbəbli] [ðə; ði][məʊst]['pɒpjələ(r)] [miːt] [ɪn] [ə'merɪkə] [ænd; ənd] ['sɜːt(ə)nli] [ðeə(r)][ɪz] ['nʌθɪŋ]
Steak is probably the most popular meat in America and certainly there is nothing
牛排 是 大概 这 最多 受欢迎的 肉 在 美国 和 当然 那里 是 没有什么
[mɔː(r)] ['hɑːti] [ɔː(r)] ['sætɪsfaɪɪŋ] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [gʊd] [steɪk] ,
more hearty or satisfying than a good steak ,
更多的 爽朗 或者 令人满意 比 一个 好的 牛排 ,

牛排可能是美国最受欢迎的肉类，而且毫无疑问，没有什么比一块美味的牛排更让人感到满足和满足了。

[θɪk] [ænd; ənd]['dʒuːsi] , [ænd; ənd] ['sɪzlɪŋ] [hɒt] [raɪt] [frɒm; frəm][ðə; ði]['brɔɪlə(r)] .
thick and juicy , and sizzling hot right from the broiler .
厚的 和 多汁的 , 和 炙热 热的 正确的 从 这 肉鸡 .

厚实多汁，刚从烤箱里拿出来就热气腾腾。

['fɪgə(r)] ¾ [tuː; tə][wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv] [steɪk] [pə(r)]['pɜːs(ə)n] .
Figure ¾ to 1 pound of steak per person .
数字 ¾ 到 1 磅 的 牛排 每 人 .

每人份量为¾至1磅牛排。

[ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][æt; ət] [liːst] [wʌn] - [ɪntʃ] [θɪk] .

It	should	be	at	least	1	-	inch	thick	.
它	应该	是	在	至少	1	-	英寸	厚的	.

厚度至少应为1英寸。

[trɪm] [əˈweɪ] [ɪkˈses] [fæt][ænd; ənd] [slæʃ] [rɪˈmeɪnɪŋ] [edʒ] [ɒv; əv][fæt][tuː; tə] [prɪˈvent] [ˈkɜːlɪŋ] .

Trim	away	excess	fat	and	slash	remaining	edge	of	fat	to	prevent	curling	.
修剪	离开	过量的	胖的	和	削减	其余的	边缘	的	胖的	到	防止	冰壶	.

去除多余的脂肪，并将剩余脂肪的边缘切掉，以防止卷曲。

[tuː; tə][test][ə; eɪ] [θɪk] [steɪk] [fɔː(r); fə(r)] [ˈdʌnnəs] ,

To	test	a	thick	steak	for	doneness	,
到	测试	一个	厚的	牛排	为了	完成	,

如何测试一块厚牛排是否熟透，

[meɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [kʌt] [wɪð] [ə; eɪ] [ʃɑːp] [naɪf] [nɪə(r)][ðə; ðɪ][bəʊn] .

make	a	small	cut	with	a	sharp	knife	near	the	bone	.
制作	一个	小的	切	和	一个	锋利的	刀	靠近	这	骨	.

用锋利的刀在靠近骨头的地方切一个小口。

[wen] [steɪk] [ɪz] [dʌn] [æz; əz][dɪˈzaɪəd] , [ˈsiːz(ə)n] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd][ˈpepə(r)] ,

When	steak	is	done	as	desired	,	season	with	salt	and	pepper	,
什么时候	牛排	是	完毕	作为	想要的	,	季节	和	盐	和	胡椒	,

牛排煎至所需熟度后，用盐和胡椒调味。

[spred] [wɪð] [ˈsɔfənd] [ˈbʌtə(r)][ænd; ənd] [sɜːv] [ɒn][ə; eɪ][hɒt][ˈplætə(r)] .

spread	with	softened	butter	and	serve	on	a	hot	platter	.
传播	和	软化	黄油	和	服务	在	一个	热的	拼盘	.

涂上软化的黄油，盛在热盘子里即可食用。

[ðə; ðɪ] [ˈdɪstəns] [frɒm; frəm][ðə; ðɪ] [fleɪm] [dɪˈpendz] [əˈpɒn] [ˈθɪknəs] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [miːt] [ænd; ənd]

The	distance	from	the	flame	depends	upon	thickness	of	the	meat	and
这	距离	从	这	火焰	取决于	之上	厚度	的	这	肉	和

['dʌnnəs] [prɪˈfɜːd] — [ðə; ðɪ]['reərə][ðə; ðɪ] [steɪk] ,

doneness	preferred	—	the	rarer	the	steak	,
完成	首选	—	这	稀有	这	牛排	,

与火焰的距离取决于肉的厚度和所需的熟度——牛排越生，

[ðə; ðɪ]['nɪərə(r)][tuː; tə][ðə; ðɪ] [fleɪm] .

the	nearer	to	the	flame	.
这	更近	到	这	火焰	.

离火焰越近。

[brɔɪl] [ʌnˈtɪl] ['naɪsli] [braʊn] ; [tɜːn] [ænd; ənd] ['fɪnɪʃ] ['kʊkɪŋ] [ðə; ðɪ]['sekənd][saɪd] .

Broil	until	nicely	browned	;	turn	and	finish	cooking	the	second	side	.
烤	直到	很好	棕色	;	转动	和	结束	烹饪	这	第二	边	.

烤至表面呈金黄色；翻面，继续烤至另一面也呈金黄色。

[ˌpriːˈhiːt] ['brɔɪlə(r)] [kəmˈpɑːtmənt] [faɪv][tuː; tə] - ['mɪnɪts] [fleɪm] - [haɪ]

PREHEAT	BROILER	COMPARTMENT	5	TO	10	MINUTES	FLAME	-	HIGH
预热	肉鸡	隔间	5	到	-	分钟	火焰	-	高的

预热烤箱烤架5至10分钟，高火

[reə(r)] :

RARE	:
稀有的	:

稀有的：

[pleɪs] [səʊ][tɒp][ɒv; əv] [miːt] [ɪz] 1½ [tuː; tə][ˌtuːˈtuː] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [fleɪm] .

Place	so	top	of	meat	is	1½	to	2	inches	from	flame	.
地方	所以	顶部	的	肉	是	1½	到	2	英寸	从	火焰	.

放置肉时，使肉的顶部距离火焰1.5到2英寸。

[brɔɪl] [eit][tuː; tə] - ['mɪnɪts] , ['tɜːnɪŋ] [wʌns] .
Broil 8 to 10 minutes , turning once .
烤 8 到 - 分钟 , 转弯 一次 .

烤 8 至 10 分钟，翻面一次。

['miːdiəm] :
MEDIUM :
中等的 :

中等的:

[pleɪs] [səʊ][tɒp][ɒv; əv] [miːt] [ɪz][ˌtuːˈtuː][tuː; tə][θriː] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [fleɪm] .
Place so top of meat is 2 to 3 inches from flame .
地方 所以 顶部 的 肉 是 2 到 3 英寸 从 火焰 .

放置肉时，使肉的顶部距离火焰 2 到 3 英寸。

[brɔɪl] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] , ['tɜːnɪŋ] [wʌns] .
Broil 12 to 18 minutes , turning once .
烤 - 到 - 分钟 , 转弯 一次 .

烤制 12 至 18 分钟，翻面一次。

[wel] - [dʌn] : [pleɪs] [səʊ][tɒp][ɒv; əv] [miːt] [ɪz][θriː][tuː; tə][faɪv] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [fleɪm] .
WELL - DONE : Place so top of meat is 3 to 5 inches from flame .
出色地 - 完毕 : 地方 所以 顶部 的 肉 是 3 到 5 英寸 从 火焰 .

全熟：将肉放在距离火焰 3 到 5 英寸的地方。

[brɔɪl] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] , ['tɜːnɪŋ] [wʌns] .
Broil 20 to 25 minutes , turning once .
烤 - 到 - 分钟 , 转弯 一次 .

烤制 20 至 25 分钟，中翻面一次。

[brɔɪld] ['tʃɪkɪn]
BROILED CHICKEN
烤制 鸡

烤鸡

[ˌpriːˈhiːt] ['brɔɪlə(r)] [kəmˈpɑːtmənt] [faɪv][tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Preheat broiler compartment 5 to 10 minutes .
预热 肉鸡 隔间 5 到 - 分钟 .

将烤箱烤架预热 5 至 10 分钟。

[sɪˈlekt] 1½ [tuː; tə][ˌtuːˈtuː] - ['el biː] .
Select 1½ to 2 - lb .
选择 1½ 到 2 - 磅 .

选择 1.5 至 2 磅。

['tʃɪkɪn] [fɔː(r); fə(r)] ['brɔɪlɪŋ] .
chicken for broiling .
鸡 为了 烤制 .

用于烤制的鸡肉。

[splɪt][ɪn][hɑːf] ['leŋθwaɪz] .
Split in half lengthwise .
分裂 在 一半 纵向 .

纵向切成两半。

[breɪk] [ðə; ði] [wɪŋ] , [hɪp] [ænd; ənd][leg][dʒɔɪnts][tuː; tə] [kiːp] ['tʃɪkɪn] [flæt] .
Break the wing , hip and leg joints to keep chicken flat .
休息 这 翼 , 时髦的 和 腿 关节 到 保持 鸡 平坦的 .

将鸡翅、髋部和腿部关节折断，使鸡身保持扁平状。

['siːz(ə)n] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)] .
Season with salt and pepper .
季节 和 盐 和 胡椒 .

用盐和胡椒调味。

[əˈreɪndʒ] [ˈtʃɪkɪn] [skɪn] [saɪd] [daʊn] [ɒn] [kəʊld] [ˈbrɔɪlə(r)] [pæn] .
Arrange chicken skin side down on cold broiler pan .
安排 鸡 皮肤 边 向下 在 寒冷的 肉鸡 平底锅 .

将鸡皮朝下放在冷的烤盘上。

[brʌʃ] [wɪð] [ˈmeltɪd] [ˈbʌtə(r)] [ɔː(r)] [ˌmɑːdʒəˈriːn] , [ɪf] [dɪˈzaɪəd] .
Brush with melted butter or margarine , if desired .
刷子 和 融化 黄油 或者 人造黄油 , 如果 想要的 .

如果需要，可以刷上融化的黄油或人造黄油。

[brɔɪl] [ɒn] [ðə; ði] [fɜːst] [saɪd] [ʌnˈtɪl] [braʊn] , [əˈbaʊt] - [ˈmɪnɪts] ;
Broil on the first side until brown , about 15 minutes ;
烤 在 这 第一的 边 直到 棕色的 , 关于 - 分钟 ;

第一面烤至棕色，约 15 分钟;

[tɜːn] [skɪn] [saɪd] [ʌp] [ænd; ənd] [brɔɪl] [ʌnˈtɪl] [dʌn] .
turn skin side up and broil until done .
转动 皮肤 边 向上 和 烤 直到 完毕 .

将鸡皮朝上，烤至熟透。

[ˈtəʊt(ə)l] [ˈbrɔɪlɪŋ] [taɪm] [ˈveəriz] [frɒm; frəm] - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] .
Total broiling time varies from 35 to 50 minutes .
全部的 烤制 时间 变化 从 - 到 - 分钟 .

总烘烤时间为 35 至 50 分钟不等。

[wʌn] [ˈtʃɪkɪn] [meɪks] [ˌtuːˈtuː] [tuː; tə] [θriː] [sˈɜːvɪŋz] .
One chicken makes 2 to 3 servings .
一 鸡 制作 2 到 3 份量 .

一只鸡可供 2 至 3 人食用。

[kənˈvenʃən(ə)l] [ˈbrɔɪlə(r)] :
Conventional Broiler :
传统的 肉鸡 :

传统肉鸡:

[ˈdɪstəns] — [faɪv] [tuː; tə] [eit] [ˈɪntʃɪz]
DISTANCE — 5 TO 8 INCHES
距离 — 5 到 8 英寸

距离——5到8英寸

[fleɪm] — [haɪ]
FLAME — HIGH
火焰 — 高的

火焰—高

[ˌɪnfrəˈred] [ˈbrɔɪlə(r)] :
Infrared Broiler :
红外线的 肉鸡 :

红外线烤肉机:

[ˈdɪstəns] — [eit] [tuː; tə] [naɪn] [ˈɪntʃɪz]
DISTANCE — 8 TO 9 INCHES
距离 — 8 到 9 英寸

距离——8到9英寸

[fleɪm] — [haɪ]
FLAME — HIGH
火焰 — 高的

火焰—高

[brɔɪld] [fɪʃ]
BROILED FISH
烤制 鱼

烤鱼

[ˌpriːˈhiːt] ['brɔɪlə(r)] [kəm'pɑːtmənt] [faɪv][tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Preheat	**broiler**	**compartment**	**5**	**to**	**10**	**minutes**	**.**
预热	肉鸡	隔间	5	到	-	分钟	.

将烤箱烤架预热 5 至 10 分钟。

[ə'reɪndʒ] [fɪʃ] ['fɪlɪt] [ɔː(r)] [steɪks] [ɒn][kəʊld]['brɔɪlə(r)][pæn] [ɪn'sɜːt] .

Arrange	**fish**	**fillets**	**or**	**steaks**	**on**	**cold**	**broiler**	**pan**	**insert**	**.**
安排	鱼	鱼片	或者	牛排	在	寒冷的	肉鸡	平底锅	插入	.

将鱼片或鱼排放在冷的烤盘内胆上。

[pleɪs] ['fɪlɪt] [skɪn] [saɪd] [daʊn] .

Place	**fillets**	**skin**	**side**	**down**	**.**
地方	鱼片	皮肤	边	向下	.

鱼片皮朝下放置。

[dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd][pə'priːkə; 'pæprɪkə] .

Dot	**with**	**butter**	**or**	**margarine**	**and**	**sprinkle**	**with**	**salt**	**and**	**paprika**	**.**
点	和	黄油	或者	人造黄油	和	撒	和	盐	和	辣椒	.

点缀上黄油或人造黄油，再撒上盐和辣椒粉。

[brɔɪl] [wɪ'ðaʊt] ['tɜːnɪŋ] [ʌn'tɪl]['gəʊldən] [braʊn] [ænd; ənd] [fɪʃ] [fleɪks] ['iːzəli] [wen] ['testɪd] [wɪð] [ə; eɪ]

Broil	**without**	**turning**	**until**	**golden**	**brown**	**and**	**fish**	**flakes**	**easily**	**when**	**tested**	**with**	**a**
烤	没有	转弯	直到	金的	棕色的	和	鱼	薄片	容易地	什么时候	测试	和	一个

[fɔːk] ,

fork	**,**
叉	,

烤至金黄色，用叉子轻轻一拨鱼肉就能轻易分离，期间无需翻面。

- [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

10	**to**	**13**	**minutes**	**.**
-	到	-	分钟	.

10到13分钟。

1½ ['el biː] .

1½	**lb**	**.**
1½	磅	.

1.5磅

[fɪʃ] [meɪks] [fɔːr][tuː; tə][sɪks] [s'ɜːvɪŋz] .

fish	**makes**	**4**	**to**	**6**	**servings**	**.**
鱼	制作	4	到	6	份量	.

鱼肉可供 4 至 6 人食用。

[kən'venʃən(ə)l] ['brɔɪlə(r)] :

Conventional	**Broiler**	**:**
传统的	肉鸡	:

传统肉鸡：

['dɪstəns] — [fɔːr] ['ɪntʃɪz]

DISTANCE	**—**	**4**	**INCHES**
距离	—	4	英寸

距离——4英寸

[fleɪm] — [haɪ]

FLAME	**—**	**HIGH**
火焰	—	高的

火焰—高

[ˌɪnfrə'red] ['brɔɪlə(r)] :

Infrared	**Broiler**	**:**
红外线的	肉鸡	:

红外线烤肉机：

['dɪstəns]	—	[naɪn]	['ɪntʃɪz]
DISTANCE	**—**	**9**	**INCHES**
距离	—	9	英寸

距离——9英寸

[fleɪm]	—	HIGH44
FLAME	**—**	**HIGH44**
火焰	—	HIGH44

火焰—HIGH44

[brɔɪld]	[hæm]
BROILED	**HAM**
烤制	火腿

烤火腿

[ˌpriːˈhiːt]	['brɔɪlə(r)]	[kəm'pɑːtmənt]	[faɪv][tuː; tə]	-	['mɪnɪts]	.
Preheat	**broiler**	**compartment**	**5**	**to**	**10**	**minutes**	**.**
预热	肉鸡	隔间	5	到	-	分钟	.

将烤箱烤架预热 5 至 10 分钟。

[hæv; həv][hæm]	[steɪk]	[kʌt]	¾	[tuː; tə][wʌn]	-	[ɪntʃ]	[θɪk]	.
Have	**ham**	**steak**	**cut**	**¾**	**to**	**1**	**-**	**inch**	**thick**	**.**
有	火腿	牛排	切	¾	到	1	-	英寸	厚的	.

将火腿排切成 ¾ 到 1 英寸厚。

[slæʃ]	['edʒɪz]	[ɒv; əv][fæt][tuː; tə]	[prɪ'vent]	['kɜːlɪŋ]	.
Slash	**edges**	**of**	**fat**	**to**	**prevent**	**curling**	**.**
削减	边缘	的	胖的	到	防止	冰壶	.

切掉脂肪边缘以防止卷曲。

[pleɪs]	[hæm][ɒn]	[kəʊld]	['brɔɪlə(r)]	[pæn]	[ɪn'sɜːt]	.
Place	**ham**	**on**	**cold**	**broiler**	**pan**	**insert**	**.**
地方	火腿	在	寒冷的	肉鸡	平底锅	插入	.

将火腿放在冷的烤盘内胆上。

[brɔɪl]	-	[tuː; tə]	-	['mɪnɪts]	,	[dɪ'pendɪŋ]	[ɒn]	['θɪknəs]	[ɒv; əv][hæm]	,	['tɜːnɪŋ]	[wʌns]	.
Broil	**10**	**to**	**20**	**minutes**	**,**	**depending**	**on**	**thickness**	**of**	**ham**	**,**	**turning**	**once**	**.**
烤	-	到	-	分钟	,	取决于	在	厚度	的	火腿	,	转弯	一次	.

根据火腿的厚度，烤制 10 至 20 分钟，期间翻面一次。

[kən'venʃən(ə)l]	['brɔɪlə(r)]	:
Conventional	**Broiler**	**:**
传统的	肉鸡	:

传统肉鸡:

['dɪstəns]	—	[θriː]
DISTANCE	**—**	**3**
距离	—	3

距离—3

[tuː; tə][faɪv]	['ɪntʃɪz]
TO	**5**	**INCHES**
到	5	英寸

至 5 英寸

[fleɪm]	—	[haɪ]
FLAME	**—**	**HIGH**
火焰	—	高的

火焰—高

[ˌɪnfrə'red]	['brɔɪlə(r)]	:
Infrared	**Broiler**	**:**
红外线的	肉鸡	:

红外线烤肉机:

['dɪstəns] — [faɪv] ['ɪntʃɪz]
DISTANCE — 5 INCHES
距离 — 5 英寸

距离——5英寸

[fleɪm] — [haɪ]
FLAME — HIGH
火焰 — 高的

火焰—高

[steɪk] [tʃæm'pɪnjənz]
STEAK CHAMPIGNONS
牛排 蘑菇

牛排蘑菇

[fɔːr]['sɜːlɔɪn] [strɪp] [steɪks] , [wʌn] - [ɪntʃ] [θɪk]
4 sirloin strip steaks , 1 - inch thick
4 西冷牛排 条 牛排 , 1 - 英寸 厚的

4块1英寸厚的西冷牛排

[wʌn][tiː biː es piː] . [tʃɒpt] [griːn] ['ʌnjən]
1 Tbsp . chopped green onion
1 汤匙 . 切碎 绿色的 洋葱

汤匙切碎的葱花

[wʌn][fɔːr] - [ˌəʊ 'zed] . [kæn; kən] [slaɪst] ['mʌʃrʊmz]
1 4 - oz . can sliced mushrooms
1 4 - 盎司 . 能 切片 蘑菇

1罐4盎司的切片蘑菇

[ˌtuː'tuː][tiː biː es piː] . ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]
2 Tbsp . butter or margarine
2 汤匙 . 黄油 或者 人造黄油

汤匙黄油或人造黄油

[wʌn][tiː biː es piː] . [tʃɒpt] ['pɑːsli]
1 Tbsp . chopped parsley
1 汤匙 . 切碎 香菜

汤匙切碎的欧芹

[wʌn][tiː biː es piː] .
1 Tbsp .
1 汤匙 .

汤匙

['lemən][dʒuːs]
lemon juice
柠檬 汁

柠檬汁

[sɔːlt]
Salt
盐

盐

['pepə(r)]
Pepper
胡椒

胡椒

['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn][fɔː(r); fə(r)] ['gɑːnɪʃ]
Butter or margarine for garnish
黄油 或者 人造黄油 为了 装饰

黄油或人造黄油用于装饰

[hæv; həv] ['bʊtʃə(r)] [kʌt] ['pɒkɪt] [ɪn] [steɪks] .

Have	**butcher**	**cut**	**pocket**	**in**	**steaks**	**.**
有	屠夫	切	口袋	在	牛排	.

让屠夫在牛排上切出口袋状切口。

[kʊk] ['ʌnjən] [ænd; ənd] ['mʌʃrʊmz] [ɪn][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)] [ɪn] ['skɪlɪt] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]

Cook	**onion**	**and**	**mushrooms**	**in**	**2**	**tablespoons**	**butter**	**in**	**skillet**	**on**	**thermostatic**	**top**
厨师	洋葱	和	蘑菇	在	2	汤匙	黄油	在	煎锅	在	恒温	顶部

['bɜːnə(r)] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] .

burner	**at**	**212**	**degrees**	**for**	**5**	**minutes**	**.**
刻录机	在	-	学位	为了	5	分钟	.

在平底锅中，用 2 汤匙黄油将洋葱和蘑菇放入锅中，在恒温炉灶上以 212 度的温度煮 5 分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] ['pɑːsli] , ['lemən] [dʒuːs] [ænd; ənd] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [tuː; tə] [teɪst] .

Add	**parsley**	**,**	**lemon**	**juice**	**and**	**salt**	**and**	**pepper**	**to**	**taste**	**.**
添加	香菜	,	柠檬	汁	和	盐	和	胡椒	到	品尝	.

加入欧芹、柠檬汁、盐和胡椒粉调味。

['laɪtli] ['siːz(ə)n] [p'ɒkɪts] [wɪð] [ə'dɪʃən(ə)l] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] ; [fɪl] [wɪð] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Lightly	**season**	**pockets**	**with**	**additional**	**salt**	**and**	**pepper**	**;**	**fill**	**with**	**2**	**tablespoons**
轻轻	季节	口袋	和	额外的	盐	和	胡椒	;	充满	和	2	汤匙

['mʌʃrʊm] ['mɪkstʃə(r)] .

mushroom	**mixture**	**.**
蘑菇	混合物	.

在口袋里撒上少许盐和胡椒粉调味；填入 2 汤匙蘑菇混合物。

[sɪ'kjʊə(r)] [wɪð] [ə; eɪ] ['wʊdn] [tuː θ] [pɪk] .

Secure	**with**	**a**	**wooden**	**tooth**	**pick**	**.**
安全的	和	一个	木制的	齿	挑选	.

用木制牙签固定。

[pleɪs] [ɪn] [ˌpriː'hiːtɪd] [gæs] ['brɔɪlə(r)] [ə'baʊt] [θriː] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [haɪ] [fleɪm] .

Place	**in**	**preheated**	**Gas**	**broiler**	**about**	**3**	**inches**	**from**	**high**	**flame**	**.**
地方	在	预热	气体	肉鸡	关于	3	英寸	从	高的	火焰	.

将烤箱预热至高温，放入烤箱烤架中，距离高温火焰约 3 英寸。

[brɔɪl] [faɪv] ['mɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['naɪsli] [braʊn] ; [tɜːn] [ænd; ənd] [brɔɪl] [ˌtuː'tuː] [tuː; tə] [θriː] ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] .

Broil	**5**	**minutes**	**or**	**until**	**nicely**	**browned**	**;**	**turn**	**and**	**broil**	**2**	**to**	**3**	**minutes**	**longer**	**.**
烤	5	分钟	或者	直到	很好	棕色	;	转动	和	烤	2	到	3	分钟	更长	.

烤 5 分钟或烤至金黄色；翻面再烤 2 至 3 分钟。

['gɑːnɪʃ] [wɪð] ['sɔfənd] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [sɜːv] [ɪ'miːdiətli] .

Garnish	**with**	**softened**	**butter**	**and**	**serve**	**immediately**	**.**
装饰	和	软化	黄油	和	服务	立即地	.

用软化的黄油装饰，即可食用。

[meɪks] [fɔːr] [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	**4**	**servings**	**.**
制作	4	份量	.

可供 4 人食用。

['ruːbən] [grɪl]

REUBEN	**GRILL**
鲁本	炙烤

鲁本烤架

2½ - [ˌəʊ 'zed] .

2½	**-**	**oz**	**.**
2½	-	盎司	.

2½盎司

[kɔːnd] [biːf] , [tʃɒpt]
corned beef , chopped
咸 牛肉 , 切碎

咸牛肉碎

[ˌtuːˈtuː] - [ˌəʊ ˈzed] . [ˈprəʊses] [swɪs] [tʃiːz] , [ˈgreɪtɪd]
2 - oz . process Swiss cheese , grated
2 - 盎司 . 过程 瑞士 奶酪 , 磨碎的

2盎司加工瑞士奶酪，磨碎

¾ [siː] . [tʃɒpt] [dreɪnd] [ˈsaʊəkraʊt] , [pækt] ([rɪˈzɜːv] [dʒuːs])
¾ C . chopped drained sauerkraut , packed (reserve juice)
¾ C . 切碎 排水 酸菜 , 包装 (预订 汁)

¾ 杯切碎沥干水分的酸菜，压实（保留汁水）

¼ [siː] . [ˈsaʊəkraʊt] [dʒuːs]
¼ C . sauerkraut juice
¼ C . 酸菜 汁

¼ 杯酸菜汁

¼ [siː] . [ˌmeɪəˈneɪz]
¼ C . mayonnaise
¼ C . 蛋黄酱

¼ 杯蛋黄酱

[sɔːlt]
Salt
盐

盐

[ˈpepə(r)]
Pepper
胡椒

胡椒

[eit][ˈslaɪsɪz] [raɪ] [bred]
8 slices rye bread
8 切片 黑麦 面包

片黑麦面包

[ˌtuːˈtuː][tiː biː es piː] . [ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn] , [ˈmeltɪd]
2 Tbsp . butter or margarine , melted
2 汤匙 . 黄油 或者 人造黄油 , 融化

汤匙融化的黄油或人造黄油

[kəmˈbaɪn] [fɜːst][ˈsɛvən] [ɪnˈgriːdiənts] , [mɪks] [wel] .
Combine first 7 ingredients , mix well .
结合 第一的 7 原料 , 混合 出色地 .

将前7种原料混合均匀。

[brʌʃ] [bred] [wɪð] [ˈbʌtə(r)][ɒn][wʌn][saɪd][ˈəʊnli] .
Brush bread with butter on one side only .
刷子 面包 和 黄油 在 一 边 仅有的 .

只在面包的一面涂上黄油。

[spred] [ðə; ði] [ˈbʌtəd] [saɪd][ɒv; əv] [iːtʃ] [slaɪs][ɒv; əv] [bred] [ˈiːvnli] [wɪð] ¼ - [ɪntʃ] [ˈleɪə(r)][ɒv; əv]
Spread the buttered side of each slice of bread evenly with ¼ - inch layer of
传播 这 涂黄油的 边 的 每个 片 的 面包 均匀地 和 ¼ - 英寸 层 的
[kɔːnd] [biːf] [ˈmɪkstʃə(r)] .
corned beef mixture .
咸 牛肉 混合物 .

在每片面包涂上黄油的一面均匀地涂抹 ¼ 英寸厚的咸牛肉混合物。

[pleɪs] [ɪn] [ˌpriːˈhiːtɪd] [gæs][ˈbrɔɪlə(r)][əˈbaʊt]['sɛvən][tuː; tə][naɪn] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [haɪ] [fleɪm] .

Place	**in**	**preheated**	**Gas**	**broiler**	**about**	**7**	**to**	**9**	**inches**	**from**	**high**	**flame**	**.**
地方	在	预热	气体	肉鸡	关于	7	到	9	英寸	从	高的	火焰	.

将其放入预热好的燃气烤炉中，距离高温火焰约 7 至 9 英寸。

[brɔɪl] [əˈbaʊt][faɪv] ['mɪnɪts] .

Broil	**about**	**5**	**minutes**	**.**
烤	关于	5	分钟	.

烤约5分钟。

[pres] [ˌtuːˈtuː] [hɑːvz] [təˈgeðə(r)] .

Press	**2**	**halves**	**together**	**.**
按	2	一半	一起	.

将两半压在一起。

[sɜːv] [ɪˈmiːdiətli] .

Serve	**immediately**	**.**
服务	立即地	.

立即食用。

[meɪks] [fɔːr] ['sænwɪtʃz] .

Makes	**4**	**sandwiches**	**.**
制作	4	三明治	.

可做4个三明治。

[sɪks] - [en] [wʌn] ['hæmbɜːgə(r)]

SIX	**'**	**N**	**ONE**	**HAMBURGER**
六	-	N	一	汉堡包

六合一汉堡

[wʌn]['el biː] .

1	**lb**	**.**
1	磅	.

1磅

[graʊnd] [biːf]

ground	**beef**
地面	牛肉

碎牛肉

½ [siː] . [kænd] [həʊl] [təˈmɑːtəʊz] , [tʃɒpt] [ænd; ənd] [wel] [dreɪnd]

½	**C**	**.**	**canned**	**whole**	**tomatoes**	**,**	**chopped**	**and**	**well**	**drained**
½	C	.	罐装	所有的	西红柿	,	切碎	和	出色地	排水

½ 杯罐装整番茄，切碎并沥干水分

¾ [siː] . [sɒft] [bred] [krʌmz]

¾	**C**	**.**	**soft**	**bread**	**crumbs**
¾	C	.	柔软的	面包	面包屑

¾ 杯软面包屑

[wʌn][tiː es piː] .

1	**tsp**	**.**
1	茶匙	.

茶匙

[sɔːlt]

salt
盐

盐

¼ [tiː es piː] .

¼	**tsp**	**.**
¼	茶匙	.

¼ 茶匙

['pepə(r)]
pepper
胡椒

胡椒

[ˌtuːˈtuː][tiː biː es piː] . [tʃɒpt] ['ʌnjən]
2 **Tbsp** **.** **chopped** **onion**
2 汤匙 . 切碎 洋葱

2汤匙切碎的洋葱

[ˌtuːˈtuː][tiː es piː] .
2 **tsp** **.**
2 茶匙 .

茶匙

[tʃɒpt] [freʃ] ['pɑːsli]
chopped **fresh** **parsley**
切碎 新鲜的 香菜

切碎的新鲜欧芹

½ [siː] . ['ʃredɪd] ['tʃedə(r)] [tʃiːz]
½ **C** **.** **shredded** **Cheddar** **cheese**
½ C . 碎 切达干酪 奶酪

½ 杯切碎的切达奶酪

[pleɪs] [graʊnd] [biːf] [ɪn] ['miːdiəm] [saɪz] ['mɪksɪŋ] [bəʊl] .
Place **ground** **beef** **in** **medium** **size** **mixing** **bowl** **.**
地方 地面 牛肉 在 中等的 尺寸 混合 碗 .

将牛肉馅放入中等大小的搅拌碗中。

[ɪn] [smɔːl] [bəʊl] [kəmˈbaɪn] [təˈmɑːtəʊz] , [bred] [krʌmz] , [sɔːlt] , ['pepə(r)] , ['ʌnjən] [ænd; ənd] ['pɑːsli] .
In **small** **bowl** **combine** **tomatoes** **,** **bread** **crumbs** **,** **salt** **,** **pepper** **,** **onion** **and** **parsley** **.**
在 小的 碗 结合 西红柿 , 面包 面包屑 , 盐 , 胡椒 , 洋葱 和 香菜 .

在一个小碗里混合西红柿、面包屑、盐、胡椒粉、洋葱和欧芹。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [kəmˈbaɪnd] [ɪnˈgriːdiənts] [tuː; tə] [biːf] [ænd; ənd] [tɒs] ['laɪtli] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔːk] .
Add **combined** **ingredients** **to** **beef** **and** **toss** **lightly** **with** **a** **fork** **.**
添加 合并 原料 到 牛肉 和 拆腾 轻轻 和 一个 叉 .

将混合好的食材加入牛肉中，用叉子轻轻拌匀。

[fɔːm] ['mɪkstʃə(r)]['ɪntuː][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['pæti] ,
Form **mixture** **into** **a** **large** **patty** **,**
形式 混合物 进入 一个 大的 肉饼 ,

将混合物捏成一个大饼状，

[sɪks] × [sɪks] × [wʌn] ['ɪntʃɪz] [ɪn][ðə; ðiˈsentə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] - - [ɪntʃ] [skweə(r)][ɒv; əv]
6 **×** **6** **×** **1** **inches** **in** **the** **center** **of** **a** **12** **-** **inch** **square** **of**
6 × 6 × 1 英寸 在 这 中心 的 一个 - - 英寸 正方形 的
[əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm][fɔɪl] .
aluminum **foil** **.**
铝 挫败 .

在边长为 12 英寸的铝箔正方形中心，有一个 6 × 6 × 1 英寸的正方形。

[fəʊld][ɪkˈspəʊzd][θriː] - [ɪntʃ] [edʒ] [ɒv; əv][fɔɪl] [ˌʌndəˈniːθ] [tuː; tə][fɪt][saɪz][ɒv; əv] [miːt] ['pæti] .
Fold **exposed** **3** **-** **inch** **edge** **of** **foil** **underneath** **to** **fit** **size** **of** **meat** **patty** **.**
折叠 裸露 3 - 英寸 边缘 的 挫败 下 到 合身 尺寸 的 肉 肉饼 .

将锡箔纸露出的 3 英寸边缘向下折叠，使其与肉饼的大小相符。

[pleɪs] [ɪn] [ˌpriːˈhiːtɪd] [gæs]['brɔɪlə(r)][əˈbaʊt][θriː] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [haɪ] [fleɪm] .
Place **in** **preheated** **Gas** **broiler** **about** **3** **inches** **from** **high** **flame** **.**
地方 在 预热 气体 肉鸡 关于 3 英寸 从 高的 火焰 .

将烤箱预热至高温，放入烤箱烤架中，距离高温火焰约 3 英寸。

[brɔɪl] [ə'baʊt] [sɪks] ['mɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['naɪsli] [braʊn] ; [tɜːn] [miːt] [wɪð] ['pænkeɪk] ['tɜːnə(r)] [ænd; ənd]

Broil	**about**	**6**	**minutes**	**or**	**until**	**nicely**	**browned**	**;**	**turn**	**meat**	**with**	**pancake**	**turner**	**and**
烤	关于	6	分钟	或者	直到	很好	棕色	;	转动	肉	和	饼子	车工	和

[rɪ'muːv] [fɔɪl] .

remove	**foil**	**.**
消除	挫败	.

烤约 6 分钟或直至表面呈金黄色；用煎饼铲翻面，然后取下锡纸。

[brɔɪl] [ə'baʊt] [sɪks] ['mɪnɪts] [ɒn] ['sekənd] [saɪd] .

Broil	**about**	**6**	**minutes**	**on**	**second**	**side**	**.**
烤	关于	6	分钟	在	第二	边	.

第二面再烤约 6 分钟。

[rɪ'muːv] [miːt] [frɒm; frəm] ['brɔɪlə(r)] ; [tɒp] [wɪð] [tʃiːz] .

Remove	**meat**	**from**	**broiler**	**;**	**top**	**with**	**cheese**	**.**
消除	肉	从	肉鸡	;	顶部	和	奶酪	.

将肉从烤箱中取出；撒上奶酪。

[kʌt] ['ɪntuː] [sk'weəz] .

Cut	**into**	**squares**	**.**
切	进入	正方形	.

切成方块。

[meɪks] [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] . -

Makes	**6**	**servings**	**.**	**45**
制作	6	份量	.	-

可供 6 人食用。45

['strɔːbəri] [paʊnd] [keɪk] [dɪ'laɪt]

STRAWBERRY	**POUND**	**CAKE**	**DELIGHT**
草莓	磅	蛋糕	喜

草莓磅蛋糕的美味

[wʌn] - - [ˌəʊ 'zed] . ['frəʊz(ə)n] [paʊnd] [keɪk] , [θɔːd]

1	**12**	**-**	**oz**	**.**	**frozen**	**pound**	**cake**	**,**	**thawed**
1	-	-	盎司	.	冷冻	磅	蛋糕	,	解冻

个 12 盎司的冷冻磅蛋糕，已解冻

[wʌn] [siː] . [kə'mɜːʃ(ə)l] ['saʊə(r)] [kriːm]

1	**C**	**.**	**commercial**	**sour**	**cream**
1	C	.	商业的	酸的	奶油

杯市售酸奶油

¼ [siː] . [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

¼	**C**	**.**	**brown**	**sugar**	**,**	**packed**
¼	C	.	棕色的	糖	,	包装

¼ 杯红糖（压实）

[wʌn] [ˌpiː 'tiː] .

1	**pt**	**.**
1	pt	.

1 分

[freʃ] ['strɔːb(ə)riz]

fresh	**strawberries**
新鲜的	草莓

新鲜草莓

[slaɪs] [keɪk] ['ɪntuː][fɔː(r)] ½ - [ɪntʃ] ['leŋθwaɪz] ['leɪəz] ; [leɪ] [keɪk] ['leɪəz] [ɪn] ['bɒtəm] [ɒv; əv]['brɔɪlə(r)][pæn]

Slice	cake	into	four	½	-	inch	lengthwise	layers	;	lay	cake	layers	in	bottom	of	broiler	pan	.
片	蛋糕	进入	四	½	-	英寸	纵向	层	;	躺	蛋糕	层	在	底部	的	肉鸡	平底锅	.

将蛋糕纵向切成四层，每层厚 ½ 英寸；将蛋糕层铺在烤盘底部。

[spred] ['saʊə(r)] [kriːm] ['iːvnli] ['əʊvə(r)][tɒp][ɒv; əv] [iːtʃ] ['leɪə(r)] ; ['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .

Spread	sour	cream	evenly	over	top	of	each	layer	;	sprinkle	with	brown	sugar	.
传播	酸的	奶油	均匀地	超过	顶部	的	每个	层	;	撒	和	棕色的	糖	.

在每一层上均匀涂抹酸奶油；撒上红糖。

['juːzɪŋ][ə; eɪ]['spætʃələ] , [swɜːl][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði]['mɪkstʃə(r)][tuː; tə] ['slaɪtli] [blend][ðə; ði] [kriːm] [ænd; ənd]

Using	a	spatula	,	swirl	top	of	the	mixture	to	slightly	blend	the	cream	and
使用	一个	抹刀	,	漩涡	顶部	的	这	混合物	到	轻微地	混合	这	奶油	和

['ʃʊgə(r)] .

sugar	.
糖	.

用抹刀轻轻搅动混合物顶部，使奶油和糖稍微混合均匀。

[pleɪs] [ɪn] [ˌpriː'hiːtɪd] [gæs]['brɔɪlə(r)][ə'baʊt]['sɛvən][tuː; tə][naɪn] ['ɪntʃɪz] [frɒm; frəm] [haɪ] [fleɪm] .

Place	in	preheated	Gas	broiler	about	7	to	9	inches	from	high	flame	.
地方	在	预热	气体	肉鸡	关于	7	到	9	英寸	从	高的	火焰	.

将其放入预热好的燃气烤炉中，距离高温火焰约 7 至 9 英寸。

[brɔɪl] [sɪks][tuː; tə]['sɛvən] ['mɪnɪts] .

Broil	6	to	7	minutes	.
烤	6	到	7	分钟	.

烤6到7分钟。

[meɪk] [tuː] ['seprət] [keɪks] , ['pleɪsɪŋ] [wʌn]['leɪə(r)][ɒn][tɒp][ɒv; əv][ə'nʌðə(r)] , ['kiːpɪŋ] [kriːm] [ænd; ənd]

Make	two	separate	cakes	,	placing	one	layer	on	top	of	another	,	keeping	cream	and
制作	二	分离	蛋糕	,	放置	一	层	在	顶部	的	其他	,	保持	奶油	和

['ʃʊgə(r)][saɪd] [ʌp] .

sugar	side	up	.
糖	边	向上	.

制作两个独立的蛋糕，将一层蛋糕放在另一层蛋糕上面，奶油和糖的一面朝上。

[kʌt] [iːtʃ] [keɪk] ['krɒswaɪz] ['ɪntuː][θriː] [s'ɜːvɪŋz] .

Cut	each	cake	crosswise	into	3	servings	.
切	每个	蛋糕	横向	进入	3	份量	.

将每个蛋糕横切成 3 份。

['juːzɪŋ][wʌn][paɪnt][ɒv; əv] ['beriz] , ['gɑːnɪʃ] [ðə; ði][tɒp][ɒv; əv] [iːtʃ] ['sɜːvɪŋ] .

Using	1	pint	of	berries	,	garnish	the	top	of	each	serving	.
使用	1	品脱	的	浆果	,	装饰	这	顶部	的	每个	服务	.

用 1 品脱浆果装饰每份菜肴的顶部。

[pɔː(r)] ['strɔːbəri] [gleɪz] ['əʊvə(r)] ['beriz] [ɒn] [keɪk] .

Pour	strawberry	glaze	over	berries	on	cake	.
倒	草莓	釉	超过	浆果	在	蛋糕	.

将草莓酱淋在蛋糕上的浆果上。

[sɜːv] [ɪ'miːdiətli] .

Serve	immediately	.
服务	立即地	.

立即食用。

[meɪks] [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	6	servings	.
制作	6	份量	.

可供 6 人食用。

['strɔːbəri] [gleɪz]
STRAWBERRY **GLAZE**
草莓 釉

草莓釉

[wʌn][ˌpiː 'tiː] .
1 **pt** **.**
1 pt .

分

[freʃ] ['strɔːb(ə)riz]
fresh **strawberries**
新鲜的 草莓

新鲜草莓

[wʌn][siː] . ['ʃʊgə(r)]
1 **C** **.** **sugar**
1 C . 糖

杯糖

1½ [tiː biː es piː] .
1½ **Tbsp** **.**
1½ 汤匙 .

1.5 汤匙

['kɔːnstɑːtʃ]
cornstarch
玉米淀粉

玉米淀粉

[dæʃ] [sɔːlt]
Dash **salt**
短跑 盐

撒盐

[wɒʃ] , [dreɪn][ænd; ənd] [hʌl] ['strɔːb(ə)riz] ; [krʌʃ] .
Wash **,** **drain** **and** **hull** **strawberries** **;** **crush** **.**
洗 , 流走 和 船体 草莓 ; 压碎 .

清洗草莓，沥干水分，去除蒂；压碎。

[ɪf] ['nesəsəri] [ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] ['wɔːtə(r)][tuː; tə] [meɪk] 1½ [kʌps] .
If **necessary** **add** **enough** **water** **to** **make** **1½** **cups** **.**
如果 必要的 添加 足够的 水 到 制作 1½ 杯子 .

如有必要，加水至 1.5 杯。

[pleɪs] ['strɔːb(ə)riz] [ænd; ənd][dʒuːs][ɪn] ['sɔːspən] [ɒn] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][æt; ət] ['miːdiəm]
Place **strawberries** **and** **juice** **in** **saucepan** **on** **thermostatic** **top** **burner** **at** **medium**
地方 草莓 和 汁 在 平底锅 在 恒温 顶部 刻录机 在 中等的
[fleɪm] [ænd; ənd] - [dɪ'griːz] ;
flame **and** **212** **degrees** **;**
火焰 和 - 学位 ;

将草莓和草莓汁放入平底锅中，放在恒温炉灶上，用中火加热至 212 度；

['grædʒuəli][stɜː(r)][ɪn]['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv]['ʃʊgə(r)] , ['kɔːnstɑːtʃ] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
gradually **stir** **in** **mixture** **of** **sugar** **,** **cornstarch** **,** **and** **salt** **.**
逐步地 搅拌 在 混合物 的 糖 , 玉米淀粉 , 和 盐 .

将糖、玉米淀粉和盐的混合物慢慢搅拌进去。

[brɪŋ] [tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] , [bɔɪl][wʌn] ['mɪnɪt] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] .
Bring **to** **boiling** **,** **boil** **1** **minute** **,** **stirring** **constantly** **.**
带来 到 沸腾 , 熬 1 分钟 , 搅拌 不断地 .

煮沸后，持续搅拌1分钟。

[kuːl] .
Cool **.**
凉爽的 .

凉爽的。

[pɔː(r)]['əʊvə(r)] ['beriz] [ɒn] [keɪk] .
Pour **over** **berries** **on** **cake** **.**
倒 超过 浆果 在 蛋糕 .

将浆果淋在蛋糕上。

[meɪks] [sɪks] [sˈɜːvɪŋz] .
Makes **6** **servings** **.**
制作 6 份量 .

可供 6 人食用。

[nəʊt] :
NOTE **:**
笔记 :

笔记:

[ðɪs] [gleɪz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [meɪd] [ɪn] [ədˈvɑːns] [ænd; ənd] [kuːld] [bɪˈfɔː(r)] ['brɔɪlɪŋ] [ðə; ði] [keɪk] .
This **glaze** **should** **be** **made** **in** **advance** **and** **cooled** **before** **broiling** **the** **cake** **.**
这 釉 应该 是 制成 在 进步 和 冷却 前 烤制 这 蛋糕 .

这种糖霜应该提前做好并冷却，然后再烤蛋糕。

[rəʊˈtɪsəri]
ROTISSERIE
烤肉架

烤肉店

[rəʊˈtɪsəri] [tɪps]
ROTISSERIE **TIPS**
烤肉架 尖端

烤肉小贴士

[fuːdz] [kʊkt] [ɒn][ðə; ði] [rəʊˈtɪsəri] [rɪˈkwaɪə(r)]['lɪt(ə)l] [əˈtenʃ(ə)n] [bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ðeɪ] [rəʊˈteɪt] ['sləʊli] ,
Foods **cooked** **on** **the** **rotisserie** **require** **little** **attention** **because** **they** **rotate** **slowly** **,**
食物 煮熟 在 这 烤肉架 要求 小的 注意力 因为 他们 旋转 缓慢地 ,

用旋转烤架烹制的食物几乎不需要照看，因为它们旋转速度很慢。

['beɪstɪŋ] [ðəmˈselvz] [tuː; tə] [əˈtʃiːv] ['fleɪvə(r)][ænd; ənd] [əˈpɪərəns] .
basting **themselves** **to** **achieve** **flavor** **and** **appearance** **.**
涂抹 他们自己 到 达到 味道 和 外貌 .

涂抹酱汁以达到最佳风味和外观。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][best][tuː; tə] [brɪŋ] [miːt] [tuː; tə] [ruːm] ['temprətʃə(r)] [bɪˈfɔː(r)] ['kʊkɪŋ] .
It **is** **best** **to** **bring** **meat** **to** **room** **temperature** **before** **cooking** **.**
它 是 最好的 到 带来 肉 到 房间 温度 前 烹饪 .

烹饪前最好将肉恢复至室温。

[bɪˈfɔː(r)] [ˌpriːˈhiːtɪŋ] ,
Before **preheating** **,**
前 预热 ,

预热前，

[tʃek] [tuː; tə] [siː] [ðæt] [fuːd] [ɒn] [rəʊˈtɪsəri] [spɪt][ɪz] ['sentəd] ['ʌndə(r)][ðə; ði]['bɜːnə(r)][ænd; ənd][rəʊˈteɪtɪŋ]
check **to** **see** **that** **food** **on** **rotisserie** **spit** **is** **centered** **under** **the** **burner** **and** **rotating**
查看 到 看 那 食物 在 烤肉架 吐 是 居中 在下面 这 刻录机 和 旋转
['iːvnli] .
evenly **.**
均匀地 .

检查烤肉架上的食物是否位于燃烧器正下方并均匀旋转。

[ˌriːpəˈzɪʃən] [fuːd] [ɪf] [ˈnesəsəri] .
Reposition food if necessary .
复位 食物 如果 必要的 .

必要时调整食物位置。

[fɔː(r); fə(r)][məʊst] [ˈækjərət] [test] [ɒv; əv] [ˈdʌnnəs] , [juːz][ə; eɪ] [miːt] [θəˈmɒmɪtə(r)] .
For most accurate test of doneness , use a meat thermometer .
为了 最多 准确的 测试 的 完成 , 使用 一个 肉 温度计 .

要最准确地测试肉的熟度，请使用肉类温度计。

[ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [ˈɪndɪkeɪt] [ɪnˈtɜːn(ə)l] [ˈtemprətʃə(r)] [wɪtʃ] [ɪz][mɔː(r)] [ˈækjərət] [ðæn; ðən] [ˈestɪmeɪtɪŋ] [taɪm] .
It will indicate internal temperature which is more accurate than estimating time .
它 将要 表明 内部的 温度 哪个 是 更多的 准确的 比 估算 时间 .

它会显示内部温度，这比估计时间更准确。

[ɪnˈsɜːt] [ˈkeəfəli] [səʊ] [θəˈmɒmɪtə(r)] [dʌz] [nɒt] [tʌtʃ] [fæt] , [bəʊn] [ɔː(r)] [rəʊˈtɪsəri] [spɪt] ,
Insert carefully so thermometer does not touch fat , bone or rotisserie spit ,
插入 小心 所以 温度计 做 不是 触碰 胖的 , 骨 或者 烤肉架 吐 ,

小心插入，确保温度计不要接触到脂肪、骨头或烤肉叉。

[ɔː(r)][hɪt] [ˈeni] [pɑːt] [ɒv; əv] [kəmˈpɑːtmənt] [wen] [miːt] [ɪz][rəʊˈteɪtɪŋ] .
or hit any part of compartment when meat is rotating .
或者 打 任何 部分 的 隔间 什么时候 肉 是 旋转 .

或者在肉旋转时撞到隔间的任何部分。

[bəʊnz] [ænd; ənd][fæt][ɑː(r); ə(r)][bəuθ] [gʊd] [kənˈdʌktər] [ɒv; əv] [hiːt] ,
Bones and fat are both good conductors of heat ,
骨头 和 胖的 是 两个都 好的 导体 的 热 ,

骨骼和脂肪都是良好的热导体。

[səʊ] [rəʊsts] [wɪtʃ] [hæv; həv][ˈlɑːdʒə(r)] [əˈmaʊnts] [wɪl] [kʊk] [mɔː(r)] [ˈkwɪkli] [ðæn; ðən] [liːn] [ˈbəʊnləs]
so roasts which have larger amounts will cook more quickly than lean boneless
所以 烤肉 哪个 有 更大的 金额 将要 厨师 更多的 迅速地 比 倾斜 无骨
[ˈpiːsɪz] .
pieces .
件 .

因此，脂肪含量较高的烤肉比瘦无骨肉块熟得更快。

[smɔːlə(r)] [ˈpiːsɪz] [ɒv; əv] [miːt] [rɪˈkwaɪə(r)][ə; eɪ][lɒŋgə(r)] [ˈkʊkɪŋ] [taɪm] [pə(r)] [paʊnd] [ðæn; ðən] [lɑːdʒ]
Smaller pieces of meat require a longer cooking time per pound than large
较小的 件 的 肉 要求 一个 更长 烹饪 时间 每 磅 比 大的
[ˈpiːsɪz] [ɒv; əv] [miːt] .
pieces of meat .
件 的 肉 .

小块肉每磅所需的烹饪时间比大块肉要长。

[ˈsiːz(ə)n] [ðə; ði][ˈkævəti][ɒv; əv] [ˈpəʊltri] [bɪˈfɔː(r)] [ˈkʊkɪŋ] .
Season the cavity of poultry before cooking .
季节 这 空腔 的 家禽 前 烹饪 .

烹饪前先给家禽腹腔调味。

[stʌf] [ɪf] [dɪˈzaɪəd] .
Stuff if desired .
东西 如果 想要的 .

可根据需要添加。

[taɪ] [wɪŋz] [ænd; ənd] [legz] [kləʊz] [tuː; tə] [ˈbɒdi] [bɪˈfɔː(r)] [sɪˈkjʊr] [ˈfɜːmli] [ɒn] [rəʊˈtɪsəri] [spɪt] .
Tie wings and legs close to body before securing firmly on rotisserie spit .
领带 翅膀 和 腿 关闭 到 身体 前 确保 牢牢 在 烤肉架 吐 .

将鸡翅和鸡腿紧紧绑在鸡身上，然后再牢牢固定在烤肉架上。

['siːz(ə)n] [skɪn] .

Season	**skin**	**.**
季节	皮肤	.

季节皮肤。

['brʌʃɪŋ] [wɪð] ['bʌtə(r)] [ɪz] [nɒt] ['nesəsəri] .

Brushing	**with**	**butter**	**is**	**not**	**necessary**	**.**
刷牙	和	黄油	是	不是	必要的	.

无需涂抹黄油。

[wen] ['juːzɪŋ] [haɪ] [fleɪm] , [beɪst] ['əʊnli] ['djʊərɪŋ] [ðə; ði] [lɑːst] - ['mɪnɪts] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] .

When	**using**	**High**	**flame**	**,**	**baste**	**only**	**during**	**the**	**last**	**10**	**minutes**	**of**	**cooking**	**.**
什么时候	使用	高的	火焰	,	绷	仅有的	期间	这	最后的	-	分钟	的	烹饪	.

使用大火烹饪时，只需在最后 10 分钟进行浇汁即可。

[wen] [ə; eɪ] [lɒŋgə(r)] ['beɪstɪŋ] ['pɪəriəd] [ɪz] [dɪ'zaɪəd] , [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [best] [tuː; tə] [juːz] [ləʊ] [fleɪm] .

When	**a**	**longer**	**basting**	**period**	**is**	**desired**	**,**	**it**	**is**	**best**	**to**	**use**	**Low**	**flame**	**.**
什么时候	一个	更长	涂抹	时期	是	想要的	,	它	是	最好的	到	使用	低的	火焰	.

如果想要延长浇汁时间，最好使用小火。

[tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] [rəʊst] [kɑːv] [mɔː(r)] ['iːzəli] , [ə'laʊ] [ðə; ði] [miːt] [tuː; tə] “ [set] ” ['ɑːftə(r)] ['kʊkɪŋ] .

To	**make**	**a**	**roast**	**carve**	**more**	**easily**	**,**	**allow**	**the**	**meat**	**to**	**“**	**set**	**”**	**after**	**cooking**	**.**
到	制作	一个	烤	雕刻	更多的	容易地	,	允许	这	肉	到	“	放	”	后	烹饪	.

为了让烤肉更容易切开，烹饪后让肉“定型”。

[reə(r)] [rəʊsts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['kʌvəd] ['luːsli] [ænd; ənd] [ə'laʊd] [tuː; tə] [stænd] [ɪn] [ə; eɪ] [gæs] ['ʌv(ə)n]

Rare	**roasts**	**should**	**be**	**covered**	**loosely**	**and**	**allowed**	**to**	**stand**	**in**	**a**	**Gas**	**oven**
稀有的	烤肉	应该	是	涵盖	松散地	和	允许	到	站立	在	一个	气体	烤箱

[æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [bɪ'fɔː(r)] ['kɑːvɪŋ] .

at	**170**	**degrees**	**for**	**20**	**to**	**30**	**minutes**	**before**	**carving**	**.**
在	-	学位	为了	-	到	-	分钟	前	雕刻	.

烤制三分熟的肉应该用锡纸松松地盖住，放在170度的燃气烤箱中烤20到30分钟，然后再切片。

[ðə; ði] ['miːdiəm] [ænd; ənd] [wel] - [dʌn] [rəʊsts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'laʊd] [ə'baʊt] [hɑːf] [ðɪs] [mʌtʃ] [taɪm] .

The	**medium**	**and**	**well**	**-**	**done**	**roasts**	**should**	**be**	**allowed**	**about**	**half**	**this**	**much**	**time**	**.**
这	中等的	和	出色地	-	完毕	烤肉	应该	是	允许	关于	一半	这	很多	时间	.

-

46

-

中等熟度和全熟的烤肉所需时间约为上述时间的一半。46

[kən'venʃən(ə)l] ['bɜːnə(r)] [rəʊ'tɪsəri] [gaɪd]

CONVENTIONAL	**BURNER**	**ROTISSERIE**	**GUIDE**
传统的	刻录机	烤肉架	指导

传统燃烧器烤肉机指南

[kən'sʌlt] [ˌmænjʊ'fæktʃərərz] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['bʊklət] [fɔː(r); fə(r)] [spə'sɪfɪk] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] .

Consult	**manufacturer's**	**instruction**	**booklet**	**for**	**specific**	**information**	**.**
咨询	制造商的	操作说明	小册子	为了	具体的	信息	.

具体信息请参阅制造商的使用说明书。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ɪz] [ɪn'tendɪd] ['əʊnli] [æz; əz] [ə; eɪ] [gaɪd] .

The	**following**	**is**	**intended**	**only**	**as**	**a**	**guide**	**.**
这	下列的	是	故意的	仅有的	作为	一个	指导	.

以下内容仅供参考。

[ðə; ði] [rəʊ'tɪsəri] [meɪ] [biː; bi] [ləʊ'keɪtɪd] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] , ['brɔɪlə(r)] [ɔː(r)] [ɒn] [tɒp] [ɒv; əv] [ðə; ði] [reɪndʒ] .

The	**rotisserie**	**may**	**be**	**located**	**in**	**the**	**oven**	**,**	**broiler**	**or**	**on**	**top**	**of**	**the**	**range**	**.**
这	烤肉架	可能	是	位于	在	这	烤箱	,	肉鸡	或者	在	顶部	的	这	范围	.

烤肉架可以放置在烤箱、烤架或炉灶上。

[fɔː(r); fə(r)] [rəʊˈtɪsəri] [ləʊˈkeɪtɪd] [ɪn] [ˈʌv(ə)n] , [ˈfɒləʊ] [taɪm] [ænd; ənd] [ˈtemprətʃə(r)] [ˈgɪv(ə)n] [ɪn]

FOR	ROTISSERIE	LOCATED	IN	OVEN	,	FOLLOW	TIME	AND	TEMPERATURE	GIVEN	IN
为了	烤肉架	位于	在	烤箱	,	跟随	时间	和	温度	给定	在

[ˈʌv(ə)n] [miːt] [ˈrəʊstɪŋ] [gaɪd] .

OVEN	MEAT	ROASTING	GUIDE	.
烤箱	肉	烘焙	指导	.

对于位于烤箱内的旋转烤肉机，请按照烤箱肉类烘烤指南中给出的时间和温度进行操作。

[ɪn] [bɪlt] - [ɪn][ˈreɪndʒɪz] [wɪð] [rəʊˈtɪsəri] [ləʊˈkeɪtɪd][ɪn][ˈbrɔɪlə(r)] [kəmˈpɑːtmənt] [ˈʌndə(r)][ˈʌv(ə)n] ,

In	built	-	in	ranges	with	rotisserie	located	in	broiler	compartment	under	oven	,
在	建造	-	在	范围	和	烤肉架	位于	在	肉鸡	隔间	在下面	烤箱	,

在烤箱下方烤架隔间内设有旋转烤架的嵌入式灶具中，

[set] [ˈʌv(ə)n] [ˈθɜːməstæt] [æt; ət] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)] [ləʊ] [fleɪm] ; [æt; ət] “ [brɔɪl] ” [fɔː(r); fə(r)] [haɪ]

set	oven	thermostat	at	350	degrees	for	low	flame	;	at	“	broil	”	for	high
放	烤箱	恒温器	在	-	学位	为了	低的	火焰	;	在	“	烤	”	为了	高的

[fleɪm] .

flame	.
火焰	.

将烤箱恒温器设置为 350 度可实现小火；设置为“烧烤”可实现大火。

[kiːp] [dɔː(r)] [kləʊzd] [æz; əz] [fɔː(r); fə(r)] [ˈbrɔɪlɪŋ] .

Keep	door	closed	as	for	broiling	.
保持	门	关闭	作为	为了	烤制	.

像烤肉一样，烤的时候要关好门。

[ˌpriːˈhiːt] - [ˈmɪnɪts] .

Preheat	10	minutes	.
预热	-	分钟	.

预热10分钟。

[fuːd] [weɪt] [paʊndz] [fleɪm] [ˈsetɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [rəʊˈtɪsəri] [ˈmɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd]

FOOD	WEIGHT	POUNDS	FLAME	SETTING	FOR	ROTISSERIE	MINUTES	PER	POUND
食物	重量	磅	火焰	环境	为了	烤肉架	分钟	每	磅

食物重量（磅） 烤肉机火焰设置 每磅所需时间（分钟）

[biːf]

BEEF
牛肉

牛肉

[rəʊld] [rɪb] [fɔːr] - [sɪks][ɪn][ˈbrɔɪlə(r)] — [ləʊ] [reə(r)] - - -

Rolled	Rib	4	-	6	In	Broiler	—	Low	Rare	26	-	30
滚动	肋骨	4	-	6	在	肉鸡	—	低的	稀有的	-	-	-

烤鸡排（4-6块）——半熟（26-30克）

[ˈmiːdiəm] - - -

Medium	35	-	40
中等的	-	-	-

中等 35-40

[wel] - [dʌn] - - -

Well	-	done	40	-	45
出色地	-	完毕	-	-	-

做得不错，40-45分

[ˈtendəlɔɪn] 2½ - [θriː]

Tenderloin	2½	-	3
里脊肉	2½	-	3

里脊肉 2½-3

[ɪn]['brɔɪlə(r)] — ['miːdiəm] [reə(r)] - - -
In Broiler — medium Rare 10 - 15
在 肉鸡 — 中等的 稀有的 - - -

肉鸡——五分熟 10-15

['miːdiəm] - - -
Medium 15 - 20
中等的 - - -

中等 15-20

[wel] - [dʌn] - - -
Well - done 22 - 28
出色地 - 完毕 - - -

做得好，22-28

[læm]
LAMB
羊肉

羊肉

[rəʊld] [leg] [fɔːr] - [faɪv][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] . . . - - -
Rolled Leg 4 - 5 In Broiler — low . . . 40 - 45
滚动 腿 4 - 5 在 肉鸡 — 低的 . . . - - -

卷腿 4-5 肉鸡—低温... 40-45

[pɔːk]
PORK
猪肉

猪肉

[kə'neɪdiən]['beɪkən][θriː] - [fɔːr][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] . . . - - -
Canadian Bacon 3 - 4 In Broiler — low . . . 20 - 25
加拿大 熏肉 3 - 4 在 肉鸡 — 低的 . . . - - -

加拿大培根 3-4 英寸（低温慢烤）.....20-25

[hæm] - [kjʊəd] [θriː] - [fɔːr][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] . . . - - -
Ham - cured 3 - 4 In Broiler — low . . . 35 - 40
火腿 - 治愈 3 - 4 在 肉鸡 — 低的 . . . - - -

火腿腌制 3-4 英寸，肉鸡饲养——低温.....35-40

[hæm] - [ˌpriː'kʊkt] [fɔːr][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] . . . -
Ham - precooked 4 In Broiler — low . . . 20
火腿 - 预先煮熟的 4 在 肉鸡 — 低的 . . . -

烤箱预煮火腿 4 片 - 低温烤制... 20

[lɔɪn] , [freʃ] ([bəʊnd] [ænd; ənd] [rəʊld])
Loin , fresh (boned and rolled)
腰部 , 新鲜的 (骨 和 滚动)

新鲜腰肉（去骨卷制）

[juːz] [miːt] [θə'mɒmɪtə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [ʃʊə(r)] [ðæt] [pɔːk] [rəʊsts] [ɑː(r); ə(r)] [wel] - [dʌn] .
use meat thermometer to make sure that pork roasts are well - done .
使用 肉 温度计 到 制作 当然 那 猪肉 烤肉 是 出色地 - 完毕 .

使用肉类温度计确保烤猪肉完全熟透。

[θriː] - [faɪv][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] . . . - - -
3 - 5 In Broiler — low . . . 45 - 5547
3 - 5 在 肉鸡 — 低的 . . . - - -

3-5 在肉鸡中—低.....45-5547

[fuːd] [weɪt] [paʊndz] [fleɪm] ['setɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [rəʊ'tɪsəri] ['kʊkɪŋ] [taɪm]
FOOD WEIGHT POUNDS FLAME SETTING FOR ROTISSERIE COOKING TIME
食物 重量 磅 火焰 环境 为了 烤肉架 烹饪 时间

食物重量（磅） 烤肉机火焰设置 烹饪时间

['speərɪbz] [ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] 1½ - [ˌtuː'tuː] ['aʊəz]
Spareribs In Broiler — low 1½ - 2 hours
排骨 在 肉鸡 — 低的 1½ - 2 小时

烤箱烤排骨——低温烤1.5-2小时

['wiːnə(r)] [ɪn]['brɔɪlə(r)] — ['miːdiəm] - - - [mɪn] .
Weiners In Broiler — medium 12 - 15 min .
香肠 在 肉鸡 — 中等的 - - - 最小 .

肉鸡香肠——中等熟度 12-15 分钟。

['pəʊltri]
POULTRY
家禽

家禽

['tʃɪkɪn] ([hɑːvd]) [ˌtuː'tuː] - [θriː][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] [wʌn] - 1¼ ['aʊəz]
Chicken (halved) 2 - 3 In Broiler — low 1 - 1¼ hours
鸡 (减半) 2 - 3 在 肉鸡 — 低的 1 - 1¼ 小时

鸡块（切半）2-3 只，放入烤箱低温烤 1-1¼ 小时

['tʃɪkɪn] ([həʊl]) [ˌtuː'tuː] - [θriː][ɪn]['brɔɪlə(r)] — ['miːdiəm] 1¼ - 1½ ['aʊəz]
Chicken (whole) 2 - 3 In Broiler — medium 1¼ - 1½ hours
鸡 (所有的) 2 - 3 在 肉鸡 — 中等的 1¼ - 1½ 小时

整鸡 2-3 只，放入烤箱中火烤 1¼-1½ 小时

['kɔːnɪʃ] [hen] ¾ - [wʌn][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] 1½ - [ˌtuː'tuː] ['aʊəz]
Cornish Hen ¾ - 1 In Broiler — low 1½ - 2 hours
康沃尔郡 母鸡 ¾ - 1 在 肉鸡 — 低的 1½ - 2 小时

康沃尔母鸡 ¾-1 在肉鸡笼中——低温 1.5-2 小时

['dʌklɪŋ] [fɔːr] - [faɪv][ɪn]['brɔɪlə(r)] — [ləʊ] 2½ - [θriː] ['aʊəz]
Duckling 4 - 5 In Broiler — low 2½ - 3 hours
小鸭 4 - 5 在 肉鸡 — 低的 2½ - 3 小时

肉鸡雏鸭 4-5 岁——低温 2.5-3 小时

[ˌɪnfrə'red] ['bɜːnə(r)] [rəʊ'tɪsəri] [gaɪd]
INFRARED BURNER ROTISSERIE GUIDE
红外线的 刻录机 烤肉架 指导

红外线烤肉机使用指南

[juːz] [haɪ] [fleɪm] [fɔː(r); fə(r)] [ˌpriː'hiːtɪŋ] [ænd; ənd] ['kʊkɪŋ]
Use High flame for preheating and cooking
使用 高的 火焰 为了 预热 和 烹饪

预热和烹饪时请使用大火。

[ˌpriː'hiːt] [faɪv] ['mɪnɪts]
Preheat 5 minutes
预热 5 分钟

预热 5 分钟

[fuːd] [weɪt] [paʊndz] ['dʌnnəs] ['mɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd] [ɪn'tɜːn(ə)l] ['temprətʃə(r)]
FOOD WEIGHT POUNDS DONENESS MINUTES PER POUND INTERNAL TEMPERATURE
食物 重量 磅 完成 分钟 每 磅 内部的 温度

食物重量（磅） 熟度（分钟/磅） 内部温度

[biːf]
BEEF
牛肉

牛肉

[rəʊld] [rɪb] [fɔːr] - [sɪks][reə(r)] - 140°F .
Rolled Rib 4 - 6 Rare 20 140°F .
滚动 肋骨 4 - 6 稀有的 - 140°F .

卷肋排 4-6 生 20 140°F。

['miːdiəm] - 160°F .
Medium 22 160°F .
中等的 - 160°F .

中等 22 160°F。

[wel] - [dʌn] - 170°F .
Well - Done 25 170°F .
出色地 - 完毕 - 170°F .

全熟 25 170°F。

[rɪb] [aɪ] [rəʊst] [θriː] - [fɔːr][reə(r)] - 140°F .
Rib Eye Roast 3 - 4 Rare 20 140°F .
肋骨 眼睛 烤 3 - 4 稀有的 - 140°F .

肋眼烤肉 3-4 生 20 140°F。

['miːdiəm] - 160°F .
Medium 22 160°F .
中等的 - 160°F .

中等 22 160°F。

[wel] - [dʌn] - 170°F .
Well - Done 25 170°F .
出色地 - 完毕 - 170°F .

全熟 25 170°F。

[læm]
LAMB
羊肉

羊肉

[rəʊld] [leg] [θriː] - [fɔːr] ['miːdiəm] - 175°F .
Rolled Leg 3 - 4 Medium 25 175°F .
滚动 腿 3 - 4 中等的 - 175°F .

卷腿 3-4 中等 25 175°F。

[pɔːk]
PORK
猪肉

猪肉

[kə'neɪdiən]['beɪkən][ˌtuː'tuː] - [θriː] [wel] - [dʌn] - 170°F .
Canadian Bacon 2 - 3 Well - Done 20 170°F .
加拿大 熏肉 2 - 3 出色地 - 完毕 - 170°F .

加拿大培根 2-3 全熟 20 170°F。

[hæm] — ['redi] - [tuː; tə] - [iːt] [faɪv] - [sɪks] [wel] - [dʌn] - 160°F .
Ham — Ready - to - Eat 5 - 6 Well - Done 20 160°F .
火腿 — 准备好 - 到 - 吃 5 - 6 出色地 - 完毕 - 160°F .

火腿—即食 5-6 全熟 20 160°F。

[lɔɪn] — [bəʊn] [ɪn][fɔːr] - [faɪv] [wel] - [dʌn] - 170°F .
Loin — Bone In 4 - 5 Well - Done 15 170°F .
腰部 — 骨 在 4 - 5 出色地 - 完毕 - 170°F .

带骨腰肉 4-5 全熟 15 170°F。

['pəʊltri]
POULTRY
家禽

家禽

['brɔɪlə(r)] - ['fraɪə(r)][ˌtuː'tuː] - [θriː] [wel] - [dʌn] - 190°F .
Broiler - fryer 2 - 3 Well - Done 20 190°F .
肉鸡 - 油炸锅 2 - 3 出色地 - 完毕 - 190°F .

烤肉机-油炸机 2-3 全熟 20 190°F。

['tɜːki] ([nɒt] [stʌft]) [sɪks] - [eit] [wel] - [dʌn] - 190°F . -
Turkey (not stuffed) 6 - 8 Well - Done 15 190°F . 48
火鸡 (不是 填充) 6 - 8 出色地 - 完毕 - 190°F . -

火鸡（未填馅）6-8 全熟 15 190°F.48

['kʊkɪŋ] [tɜːmz] [ænd; ənd] ['meθədz]
COOKING TERMS AND METHODS
烹饪 条款 和 方法

烹饪术语和方法

[nəʊt] : [siː] ['peɪdʒɪz] - [θruː] - [tuː; tə][juːz] [ˌθɜːmə'stætɪk] [tɒp]['bɜːnə(r)][fɔː(r); fə(r)] [ðiːz] ['meθədz]
Note : See pages 12 through 18 to use thermostatic top burner for these methods
笔记 : 看 页面 - 通过 - 到 使用 恒温 顶部 刻录机 为了 这些 方法
.
:
.

注意：请参阅第 12 至 18 页，了解如何使用恒温顶部燃烧器进行这些烹饪方法。

[bɔɪl]
BOIL
熬

熬

[tuː; tə] [kʊk] [ɪn][ə; eɪ]['lɪkwɪd][æt; ət][ə; eɪ] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] - [dɪ'griːz] .
To cook in a liquid at a temperature of 212 degrees .
到 厨师 在 一个 液体 在 一个 温度 的 - 学位 .

在 212 度的液体中烹煮。

['vɪʒuəli] , ['bʌbəlz] [ʃʊd; ʃəd][raɪz] [kən'tɪnjuəli] .
Visually , bubbles should rise continually .
视觉上 , 气泡 应该 上升 持续 .

从视觉上看，气泡应该持续上升。

['meθəd] : ['kʌvə(r)][ðə; ði][pæn][ænd; ənd] [brɪŋ] [ðə; ði] ['kɒntents] [tuː; tə][ə; eɪ][bɔɪl]['əʊvə(r)][ə; eɪ] [haɪ]
Method : cover the pan and bring the contents to a boil over a high
方法 : 覆盖 这 平底锅 和 带来 这 内容 到 一个 熬 超过 一个 高的
[fleɪm] .
flame .
火焰 .

方法：盖上锅盖，用大火将锅内食材煮沸。

[ðen] [tɜːn] [tuː; tə][ðə; ði] ['sɪmə(r)] [fleɪm] ([fɜːst] [klɪk] [ɒn] ['meni] ['bɜːrnər]) [ænd; ənd] [kən'tɪnjuː] ['bɔɪlɪŋ]
Then turn to the simmer flame (first click on many burners) and continue boiling
然后 转动 到 这 煨 火焰 (第一的 点击 在 许多 燃烧器) 和 继续 沸腾
, ['kʌvəd] [ʌn'tɪl] [dʌn] .
, covered until done .
, 涵盖 直到 完毕 .

然后调至小火（许多炉灶的第一档），盖上盖子继续煮，直到煮熟。

[breɪz]
BRAISE
烩

烩

[tuː; tə] [kʊk] [miːt] [ɔː(r)] ['pəʊltri] [baɪ] ['sɪərɪŋ] [ɪn][fæt] ,
To cook meat or poultry by searing in fat ,
到 厨师 肉 或者 家禽 经过 灼烧 在 胖的 ,

用油脂煎烤肉类或家禽

[ðen] ['sɪmərɪŋ] [ɪn][ə; eɪ] ['kʌvəd] [pæn][ɪn] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['mɔɪstʃə(r)] .
then simmering in a covered pan in small amount of moisture .
然后 煨煮 在 一个 涵盖 平底锅 在 小的 数量 的 水分 .

然后加盖在锅里，用少量水分慢炖。

['meθəd] : ['dʒen(ə)rəli] , [miːts] [ɑː(r); ə(r)] ['siːz(ə)nd] [ænd; ənd] [rəʊld] [ɪn]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [braʊn] [ɪn]
Method : **generally** , **meats** **are** **seasoned** **and** **rolled** **in** **flour** **and** **browned** **in**
方法 : 一般来说 , 肉类 是 经验丰富的 和 滚动 在 面粉 和 棕色 在
[hɒt][fæt] .
hot **fat** .
热的 胖的 .

方法：一般情况下，将肉类调味后裹上面粉，然后在热油中煎至棕色。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]['lɪkwɪd][ænd; ənd]['kʌvə(r)][ðə; ði][pæn] .
Then **add** **a** **small** **amount** **of** **liquid** **and** **cover** **the** **pan** .
然后 添加 一个 小的 数量 的 液体 和 覆盖 这 平底锅 .

然后加入少量液体，盖上锅盖。

[tɜːn] ['bɜːnə(r)] [vælv] [nɒb] [tuː; tə] ['sɪmə(r)] [fleɪm] , [səʊ] [fuːd] ['simə] , [nɒt] [bɔɪlz] , [ʌn'tɪl] [dʌn] .
Turn **burner** **valve** **knob** **to** **simmer** **flame** , **so** **food** **simmers** , **not** **boils** , **until** **done** .
转动 刻录机 阀门 旋钮 到 煨 火焰 , 所以 食物 慢炖 , 不是 沸腾 , 直到 完毕 .

将炉灶阀门旋钮调至小火慢炖模式，让食物小火慢炖而不是沸腾，直到煮熟。

[diːp] [fæt] [fraɪ]
DEEP **FAT** **FRY**
深的 胖的 炒

油炸

[tuː; tə] [kʊk] [ɪn][fæt] [diːp] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [kəm'pliːtli] ['kʌvə(r)][ðə; ði] [fuːd] ['biːɪŋ] [kʊkt] .
To **cook** **in** **fat** **deep** **enough** **to** **completely** **cover** **the** **food** **being** **cooked** .
到 厨师 在 胖的 深的 足够的 到 完全地 覆盖 这 食物 存在 煮熟 .

用足够多的油脂烹饪，油脂要完全覆盖被烹饪的食物。

[ə; eɪ] ['sɔːspən] [ɔː(r)] ['skɪlɪt] [meɪ] [biː; bi] [juːst] .
A **saucepan** **or** **skillet** **may** **be** **used** .
一个 平底锅 或者 煎锅 可能 是 用过的 .

可以使用平底锅或煎锅。

['meθəd] : [juːz][ə; eɪ] [haɪ] [fleɪm] [tuː; tə] [brɪŋ] [ðə; ði][fæt][tuː; tə] ['fraɪɪŋ] ['temprətʃə(r)] (['juːʒuəli; 'juːʒəli]
Method : **use** **a** **high** **flame** **to** **bring** **the** **fat** **to** **frying** **temperature** **(** **usually**
方法 : 使用 一个 高的 火焰 到 带来 这 胖的 到 煎炸 温度 (通常
- [dɪ'griːz]) ,
375 **degrees** **)** **,**
- 学位) ,

方法：用大火将油脂加热至煎炸温度（通常为375度），

[ðen] ['ləʊə(r)][ðə; ði] [fleɪm] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][dʒʌst] [mein'tein] [ðə; ði] [dɪ'zaɪəd] [fæt] ['temprətʃə(r)] .
then **lower** **the** **flame** **until** **it** **just** **maintains** **the** **desired** **fat** **temperature** .
然后 降低 这 火焰 直到 它 只是 保持 这 想要的 胖的 温度 .

然后调低火力，直到脂肪温度刚好保持在理想温度为止。

[haɪ] [bɔɪl]
HIGH **BOIL**
高的 熬

高温沸腾

[ðɪs] [tɜːm] [ɪz] [juːst] [tuː; tə] [dɪ'skraɪb] [ə; eɪ] ['vɪgərəs] , ['rəʊlɪŋ] [bɔɪl] [wɪtʃ] ['kænɒt] [biː; bi] [stɜːd] [daʊn] .
This **term** **is** **used** **to** **describe** **a** **vigorous** , **rolling** **boil** **which** **cannot** **be** **stirred** **down** .
这 学期 是 用过的 到 描述 一个 蓬勃 , 滚动 熬 哪个 不能 是 搅拌 向下 .

这个术语用来形容剧烈翻滚、无法通过搅拌平息的沸腾状态。

[ˌaɪ 'tiː] [kʊks] [nəʊ][fɑːstə(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ]['dʒent(ə)l][bɔɪl][bʌt; bət][ɪz] ['niːdɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ] [fuːdz]
It **cooks** **no** **faster** **than** **a** **gentle** **boil** **but** **is** **needed** **for** **cooking** **foods**
它 厨师 不 快点 比 一个 温和的 熬 但 是 需要 为了 烹饪 食物
[laɪk][ˌmækə'rəʊni][ɔː(r)]['dʒeliz][ænd; ənd][dʒæmz] .
like **macaroni** **or** **jellies** **and** **jams** .
喜欢 通心粉 或者 果冻 和 果酱 .

它的烹饪速度并不比小火慢煮快，但却是烹饪通心粉、果冻和果酱等食物所必需的。

['meθəd] : ['kʌvə(r)][ðə; ði][pæn][ænd; ənd][juːz][ə; eɪ] [haɪ] [fleɪm] [tuː; tə] [brɪŋ] [ðə; ði] ['kɒntents] [tuː; tə][ə; eɪ]

Method	**:**	**cover**	**the**	**pan**	**and**	**use**	**a**	**high**	**flame**	**to**	**bring**	**the**	**contents**	**to**	**a**
方法	:	覆盖	这	平底锅	和	使用	一个	高的	火焰	到	带来	这	内容	到	一个

[bɔɪl] ['kwɪkli] .

boil	**quickly**	**.**
熬	迅速地	.

方法：盖上锅盖，用大火快速将锅内食材煮沸。

[ðen] [ʌn'kʌvə(r)][ðə; ði][pæn][ænd; ənd] [tɜːn] [tuː; tə][ə; eɪ] ['miːdiəm] [fleɪm] [ɔː(r)] [ɪ'nʌf] [hiːt] [tuː; tə]

Then	**uncover**	**the**	**pan**	**and**	**turn**	**to**	**a**	**medium**	**flame**	**or**	**enough**	**heat**	**to**
然后	揭露	这	平底锅	和	转动	到	一个	中等的	火焰	或者	足够的	热	到

[meɪn'teɪn] [ə; eɪ] [haɪ] [bɔɪl] .

maintain	**a**	**high**	**boil**	**.**
维持	一个	高的	熬	.

然后揭开锅盖，调至中火或足以保持沸腾的火力。

[ðə; ði] [fuːd] [ɪz] [kʊkt] [ʌn'kʌvəd] [ɪn] [ðɪs] [keɪs] [tuː; tə] [prɪ'vent] [bɔɪl] - ['əʊvəz][ænd; ənd] / [ɔː(r)][tuː; tə]

The	**food**	**is**	**cooked**	**uncovered**	**in**	**this**	**case**	**to**	**prevent**	**boil**	**-**	**overs**	**and**	**/**	**or**	**to**
这	食物	是	煮熟	裸露	在	这	案件	到	防止	熬	-	局	和	/	或者	到

[pə'mɪt] [ɪˌvæpə'reɪʃ(ə)n] .

permit	**evaporation**	**.**
允许	蒸发	.

在这种情况下，食物是在不加盖的情况下烹饪的，以防止溢出和/或允许水分蒸发。

[melt]

MELT
熔化

熔化

[tuː; tə]['lɪkwɪfaɪ][ə; eɪ]['sɒlɪd] [fuːd] [baɪ] [hiːt] .

To	**liquify**	**a**	**solid**	**food**	**by**	**heat**	**.**
到	液化	一个	坚硬的	食物	经过	热	.

用加热的方式将固体食物液化。

['meθəd] : [hiːt] ['əʊvə(r)] “ [kiːp] [wɔːm] ” [fleɪm] [ʌn'tɪl] ['likwifai] .

Method	**:**	**heat**	**over**	**“**	**keep**	**warm**	**”**	**flame**	**until**	**liquified**	**.**
方法	:	热	超过	“	保持	温暖的	”	火焰	直到	液化	.

方法：用保温火加热至液化。

['kʌvərɪŋ] [ðə; ði][pæn] [wɪl] [spiːd] ['meltɪŋ] .

Covering	**the**	**pan**	**will**	**speed**	**melting**	**.**
覆盖	这	平底锅	将要	速度	融化	.

盖上锅盖可以加快融化速度。

[pæn] [brɔɪl]

PAN	**BROIL**
平底锅	烤

平底锅烤制

[tuː; tə] [kʊk] [ʌn'kʌvəd] [ɒn][ə; eɪ][hɒt] ['sɜːfɪs] , ['juːʒuəli; 'juːʒəli][ɪn][ə; eɪ] ['skɪlɪt] , ['pɔːrɪŋ] [ɒf] [fæt]

To	**cook**	**uncovered**	**on**	**a**	**hot**	**surface**	**,**	**usually**	**in**	**a**	**skillet**	**,**	**pouring**	**off**	**fat**
到	厨师	裸露	在	一个	热的	表面	,	通常	在	一个	煎锅	,	浇注	离开	胖的

[æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [ə'kjuːmjuleit] .

as	**it**	**accumulates**	**.**
作为	它	积累	.

在热表面上不加盖地烹饪，通常是在煎锅中，并倒掉积聚的油脂。

['meθəd] : [hiːt] ['skɪlɪt] [ɒn] “ [haɪ] ” .

Method	**:**	**heat**	**skillet**	**on**	**“**	**high**	**”**	**.**
方法	:	热	煎锅	在	“	高的	”	.

方法：将平底锅调至“高火”加热。

[duː; də] [nɒt] [ˌeɪ diː ˈdiː] [fæt] [ɔː(r)] [ˈwɔːtə(r)] [ænd; ənd] [duː; də] [nɒt] [ˈkʌvə(r)] .

Do	not	add	fat	or	water	and	do	not	cover	.
做	不是	添加	胖的	或者	水	和	做	不是	覆盖	.

不要加油或水，也不要盖盖子。

[tɜːn] [tuː; tə] “ [ˈsɪmə(r)] ” [ænd; ənd] [braʊn] [miːt] [ˈsləʊli] [ɒn] [bəuθ] [saɪdz] , [ˈpɔːrɪŋ] [ɒf] [fæt] [æz; əz]

Turn	to	“	simmer	”	and	brown	meat	slowly	on	both	sides	,	pouring	off	fat	as
转动	到	“	煨	”	和	棕色的	肉	缓慢地	在	两个都	侧面	,	浇注	离开	胖的	作为

[ˌaɪ ˈtiː] [əˈkjuːmjuleit] .

it	accumulates	.
它	积累	.

转小火慢炖，将肉两面慢慢煎至棕色，并倒掉积聚的油脂。

[ˈsəʊteɪ] [ɔː(r)] [pæn] [fraɪ]

SAUTÉ	OR	PAN	FRY
炒	或者	平底锅	炒

煎炒或平底锅煎

[tuː; tə] [kʊk] [ʌnˈkʌvəd] [ɪn] [ə; eɪ] [hɒt] [ˈskɪlɪt] [ɪn] [ə; eɪ] [smɔːl] [əˈmaʊnt] [ɒv; əv] [fæt] .

To	cook	uncovered	in	a	hot	skillet	in	a	small	amount	of	fat	.
到	厨师	裸露	在	一个	热的	煎锅	在	一个	小的	数量	的	胖的	.

在热锅中用少量油脂敞开锅盖烹饪。

[ˈmeθəd] :

Method	:
方法	:

方法：

[hiːt] [dʒʌst] [ɪˈnʌf] [fæt] [ɔː(r)] [ˈbʌtə(r)] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ðɪ] [miːt] [frɒm; frəm] [ˈstɪkɪŋ] ([wʌn] [tuː; tə] [fɔː(r)]

heat	just	enough	fat	or	butter	to	keep	the	meat	from	sticking	(	one	to	four
热	只是	足够的	胖的	或者	黄油	到	保持	这	肉	从	粘性	(	一	到	四

[ˈteɪbəlˌspuːnz]) [ɪn] [ə; eɪ] [ˈskɪlɪt] [ˈəʊvə(r)] [ə; eɪ] [ləʊ] [tuː; tə] [ˈmiːdiəm] [fleɪm] ,

tablespoons	)	in	a	skillet	over	a	low	to	medium	flame	,
汤匙	)	在	一个	煎锅	超过	一个	低的	到	中等的	火焰	,

在煎锅中用中小火加热适量的油脂或黄油（一到四汤匙），以防止肉粘锅。

[dɪˈpendɪŋ] [ɒn] [ðə; ðɪ] [juːˈtens(ə)l] [məˈtɪərɪəl] .

depending	on	the	utensil	material	.
取决于	在	这	用具	材料	.

根据餐具材质而定。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ðə; ðɪ] [fuːd] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [hɒt] [fæt] [ænd; ənd] [kʊk] , [ˈtɜːnɪŋ] [əˈkeɪʒnəli] , [ʌnˈtɪl] [braʊn]

Add	the	food	to	the	hot	fat	and	cook	,	turning	occasionally	,	until	brown
添加	这	食物	到	这	热的	胖的	和	厨师	,	转弯	偶尔	,	直到	棕色的

[æz; əz] [dɪˈzaɪəd] . -

as	desired	.	49
作为	想要的	.	-

将食材放入热油中翻炒，直至达到理想的棕色即可。49

[ˈsɪmə(r)]

SIMMER
煨

煨

[tuː; tə] [kʊk] [ɪn] [ˈlɪkwɪd] , [ˈjuːʒuəli; ˈjuːʒəli] [ˈwɔːtə(r)] , [æt; ət] [ə; eɪ] [ˈtemprətʃə(r)] [bɪˈləʊ] [ðə; ðɪ] [ˈbɔɪlɪŋ] [pɔɪnt]

To	cook	in	liquid	,	usually	water	,	at	a	temperature	below	the	boiling	point
到	厨师	在	液体	,	通常	水	,	在	一个	温度	以下	这	沸腾	观点

.

:

.

在液体（通常是水）中，以低于沸点的温度进行烹饪。

[smɔːl] ['bʌbəlz] [ɑː(r); ə(r)] [fɔːmd] [ænd; ənd] [raɪz] ['sləʊli] , [bʌt; bət] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [ɪz] ['præktɪkli]
Small bubbles are formed and rise slowly , but the liquid is practically
小的 气泡 是 形成 和 上升 缓慢地 , 但 这 液体 是 几乎
['məʊʃnləs] .
motionless .
静止不动 .

形成小气泡并缓慢上升，但液体几乎静止不动。

['meθəd] : ['kʌvə(r)] [ðə; ði] [pæn] [ænd; ənd] [brɪŋ] [ðə; ði] [fuːd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] ['əʊvə(r)] [ə; eɪ] [haɪ]
Method : cover the pan and bring the food to the boiling point over a high
方法 : 覆盖 这 平底锅 和 带来 这 食物 到 这 沸腾 观点 超过 一个 高的
[fleɪm] .
flame .
火焰 .

方法：盖上锅盖，用大火将食物煮沸。

[ðen] [tɜːn] [tuː; tə] [ðə; ði] “ ['sɪmə(r)] ” [fleɪm] .
Then turn to the “ simmer ” flame .
然后 转动 到 这 “ 煨 ” 火焰 .

然后调至“慢炖”火候。

[stjuː]
STEW
炖

炖

[tuː; tə] [kʊk] [fuːdz] ['sləʊli] [ɪn] [ə; eɪ] ['kʌvəd] [pæn] [ɪn] [ɪ'nʌf] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə] ['kʌvə(r)] [ðə; ði] [fuːd] .
To cook foods slowly in a covered pan in enough water to cover the food .
到 厨师 食物 缓慢地 在 一个 涵盖 平底锅 在 足够的 水 到 覆盖 这 食物 .

将食物放入带盖的锅中，加水至没过食物，小火慢煮。

['meθəd] : [ðɪs] [ɪz] [ðə; ði] [seɪm] [æz; əz] ['breɪzɪŋ] [ɪk'sept] [ðæt] [mɔː(r)] ['lɪkwɪd] [ɪz] [juːst] .
Method : this is the same as braising except that more liquid is used .
方法 : 这 是 这 相同的 作为 炖 除了 那 更多的 液体 是 用过的 .

方法：与炖煮相同，只是用了更多的液体。

[ðə; ði] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd] ['sɪmə(r)] , [nɒt] [bɔɪl] .
The food should simmer , not boil .
这 食物 应该 煨 , 不是 熬 .

食物应该小火慢炖，而不是沸腾。

['meʒərɪŋ] [ðə; ði] [raɪt] [weɪ]
MEASURING THE RIGHT WAY
测量 这 正确的 方式

正确的测量方法

['ɔːlweɪz] ['meʒə(r)] ['ækjərətli] [wɪð] ['stændəd] ['meʒərɪŋ] [ɪ'kwɪpmənt]
ALWAYS MEASURE ACCURATELY WITH STANDARD MEASURING EQUIPMENT
总是 措施 准确 和 标准 测量 设备

务必使用标准测量设备进行精确测量。

FLOUR1 .
FLOUR1 .
FLOUR1 .

面粉1.

['ɔːlweɪz] [sɪft] [keɪk] [ænd; ənd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)] [bɪ'fɔː(r)] ['meʒərɪŋ] .
Always sift cake and all - purpose flour before measuring .
总是 筛 蛋糕 和 全部 - 目的 面粉 前 测量 .

量取蛋糕粉和普通面粉之前，务必先过筛。

[sɪft] ['priː] - ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)] [ən'les] ['resəpi] [spə'sɪfɪkli] [sez] ['ʌðəwaɪz] .

Sift	**pre**	**-**	**sifted**	**flour**	**unless**	**recipe**	**specifically**	**says**	**otherwise**	**.**
筛	预	-	筛过的	面粉	除非	食谱	具体来说	说道	否则	.

除非食谱另有说明，否则请将预先过筛的面粉再次过筛。

[duː; də] [nɒt] [sɪft] [raɪ] , ['greɪəm] [ɔː(r)] [həʊl] [wiːt] ['flaʊə(r)] .

Do	**not**	**sift**	**rye**	**,**	**graham**	**or**	**whole**	**wheat**	**flour**	**.**
做	不是	筛	黑麦	,	格雷厄姆	或者	所有的	小麦	面粉	.

不要筛黑麦粉、全麦粉或全麦面粉。

['ɪnstəntaɪz] ['flaʊə(r)] ['kænɒt] [biː; bi] ['sɪftɪd] .

Instantized	**flour**	**cannot**	**be**	**sifted**	**.**
实例化	面粉	不能	是	筛过的	.

速溶面粉不能过筛。

[ˌtuː'tuː] . [sɪft] ['ɒntə] [wækst] ['peɪpə(r)] .

2	**.**	**Sift**	**onto**	**waxed**	**paper**	**.**
2	.	筛	到	打蜡	纸	.

2. 筛到蜡纸上。

[spuːn] ['laɪtli] ['ɪntuː][draɪ] ['meʒərɪŋ] [kʌp] , ['biːɪŋ] ['keəf(ə)l] [nɒt] [tuː; tə] [pæk] [ɔː(r)] [ʃeɪk] [ˌaɪ 'tiː] .

Spoon	**lightly**	**into**	**dry**	**measuring**	**cup**	**,**	**being**	**careful**	**not**	**to**	**pack**	**or**	**shake**	**it**	**.**
勺子	轻轻	进入	干燥	测量	杯子	,	存在	小心	不是	到	盒	或者	摇	它	.

用勺子轻轻舀入干燥的量杯中，注意不要压实或摇晃。

['lev(ə)l] [wɪð] [streɪt] - [edʒd] ['spætʃələ] , [wɪ'ðaʊt] ['pækɪŋ] [daʊn] .

Level	**with**	**straight**	**-**	**edged**	**spatula**	**,**	**without**	**packing**	**down**	**.**
等级	和	直的	-	边缘	抹刀	,	没有	包装	向下	.

用直刃抹刀抹平，不要压实。

LIQUIDS1 .

LIQUIDS1	**.**
LIQUIDS1	.

液体1.

['ɔːlweɪz] [set] ['lɪkwɪd] ['meʒərɪŋ] [kʌp] [ɒn] ['lev(ə)l] ['sɜːfɪs] [ænd; ənd] [fɪl] [tuː; tə] [dɪ'zaɪəd] [mɑːk] . [ˌtuː'tuː] .

Always	**set**	**liquid**	**measuring**	**cup**	**on**	**level**	**surface**	**and**	**fill**	**to**	**desired**	**mark**	**.**	**2**	**.**
总是	放	液体	测量	杯子	在	等级	表面	和	充满	到	想要的	标记	.	2	.

1. 务必将液体量杯放在水平面上，并加水至所需刻度线。2.

[ɪf] [θɪk] [laɪk] [mə'læsɪz] [ɔː(r)]['sɪrəp] , ['lev(ə)l] [ɒf] [wɪð] ['spætʃələ] .

If	**thick**	**like**	**molasses**	**or**	**sirup**	**,**	**level**	**off**	**with**	**spatula**	**.**
如果	厚的	喜欢	糖蜜	或者	糖浆	,	等级	离开	和	抹刀	.

如果像糖蜜或糖浆一样浓稠，用抹刀抹平。

['ʃɔːtnɪŋ]

SHORTENING
缩短

缩短

[juːz] ['grædʒueɪtɪd] ['meʒərɪŋ] [kʌps] .

Use	**graduated**	**measuring**	**cups**	**.**
使用	毕业	测量	杯子	.

使用带刻度的量杯。

[hæv; həv] ['ʃɔːtnɪŋ] [æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)] .

Have	**shortening**	**at**	**room**	**temperature**	**.**
有	缩短	在	房间	温度	.

将起酥油置于室温下。

[pæk] ['fɜːmli] ['ɪntuː] ['meʒərɪŋ] [kʌp] .

Pack	**firmly**	**into**	**measuring**	**cup**	**.**
盒	牢牢	进入	测量	杯子	.

将物料紧实地装入量杯中。

['lev(ə)l] [ɒf] [wɪð] [streɪt] - [edʒd] ['spætʃələ] .
Level **off** **with** **straight** **-** **edged** **spatula** **.**
等级 离开 和 直的 - 边缘 抹刀 .

用直刃抹刀抹平。

[braʊn] ['ʃʊgə(r)]
BROWN **SUGAR**
棕色的 糖

红糖

[juːz]['grædʒueɪtɪd] ['meʒərɪŋ] [kʌp] .
Use **graduated** **measuring** **cup** **.**
使用 毕业 测量 杯子 .

使用带刻度的量杯。

[pæk] [daʊn] [ɪn][kʌp] [wɪð] [bæk] [ɒv; əv] [spuːn] , [dʒʌst] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][həʊld][tə'geðə(r)] [wen] [tɜːnd]
Pack **down** **in** **cup** **with** **back** **of** **spoon** **,** **just** **enough** **to** **hold** **together** **when** **turned**
盒 向下 在 杯子 和 后退 的 勺子 , 只是 足够的 到 抓住 一起 什么时候 转向
[aʊt] .
out **.**
出去 .

用勺子背面将杯中的面糊压实，压实到倒扣后能保持形状即可。

['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [ˌmɑːdʒə'riːn]
BUTTER **AND** **MARGARINE**
黄油 和 人造黄油

黄油和人造黄油

[wʌn] [stɪk] (¼ ['el biː] .) ['iːkwəlz] ½ [kʌp] .
One **stick** **(** **¼** **lb** **.** **)** **equals** **½** **cup** **.**
一 戳 (¼ 磅 .) 等于 ½ 杯子 .

一根（¼磅）等于½杯。

[tuː; tə] ['meʒə(r)] ¼ [kʌp] , [kʌt] [stɪk] [ɪn][hɑːf] .
To **measure** **¼** **cup** **,** **cut** **stick** **in** **half** **.**
到 措施 ¼ 杯子 , 切 戳 在 一半 .

要量取 1/4 杯，请将木棍切成两半。

[wʌn][tiː biː es piː] . ['iːkwəlz] ⅛ [ɒv; əv][ə; eɪ] [stɪk] .
1 **Tbsp** **.** **equals** **⅛** **of** **a** **stick** **.**
1 汤匙 . 等于 ⅛ 的 一个 戳 .

1 汤匙等于 ⅛ 根。

[duː; də][nɒt] ['sʌbstɪtjuːt] [wɪpt] [ˌmɑːdʒə'riːn][ɔː(r)]['bʌtə(r)] [ən'les] ['resəpi] [spə'sɪfɪkli] [kɔːlz][fɔː(r); fə(r)]
Do **not** **substitute** **whipped** **margarine** **or** **butter** **unless** **recipe** **specifically** **calls** **for**
做 不是 代替 鞭打 人造黄油 或者 黄油 除非 食谱 具体来说 呼叫 为了
[ˌaɪ 'tiː] .
it **.**
它 .

除非食谱明确要求，否则不要用打发的人造黄油或黄油代替。

[draɪd] [fruːts]
DRIED **FRUITS**
干燥 水果

干果

[pæk] ['reɪzɪnz] , [deɪts] , [fɪgz] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ['laɪtli] ['ɪntuː] ['meʒərɪŋ] [kʌp] .
Pack **raisins** **,** **dates** **,** **figs** **,** **etc** **.** **lightly** **into** **measuring** **cup** **.**
盒 葡萄干 , 日期 , 无花果 , ETC . 轻轻 进入 测量 杯子 .

将葡萄干、枣、无花果等轻轻装入量杯中。

[pres] ['dʒentli][tu:; tə]['lev(ə)l] [ɒf] [tɒp] .

Press	**gently**	**to**	**level**	**off**	**top**	**.**
按	轻轻地	到	等级	离开	顶部	.

轻轻按压使顶部平整。

[nʌts] [ænd; ənd] ['kəʊkənʌt]

NUTS	**AND**	**COCONUT**
坚果	和	椰子

坚果和椰子

[pæk] ['laɪtli] ['ɪntu:][kʌp][ænd; ənd]['lev(ə)l] [ɒf] .

Pack	**lightly**	**into**	**cup**	**and**	**level**	**off**	**.**
盒	轻轻	进入	杯子	和	等级	离开	.

轻轻压入杯中并抹平。

[sɒft] [bred] [krʌmz]

SOFT	**BREAD**	**CRUMBS**
柔软的	面包	面包屑

软面包屑

[pæk] ['laɪtli] ['ɪntu:] ['meʒərɪŋ] [kʌp] .

Pack	**lightly**	**into**	**measuring**	**cup**	**.**
盒	轻轻	进入	测量	杯子	.

轻轻装入量杯。

[du:; də][nɒt] [pres] [daʊn] [hɑ:d] .

Do	**not**	**press**	**down**	**hard**	**.**
做	不是	按	向下	难的	.

不要用力按压。

['lev(ə)l] [ɒf] .

Level	**off**	**.**
等级	离开	.

趋于平稳。

[faɪn] [draɪ] [bred] [krʌmz]

FINE	**DRY**	**BREAD**	**CRUMBS**
美好的	干燥	面包	面包屑

细干面包屑

[spu:n] ['laɪtli] ['ɪntu:] ['meʒərɪŋ] [kʌp][ænd; ənd]['lev(ə)l] [ɒf] .

Spoon	**lightly**	**into**	**measuring**	**cup**	**and**	**level**	**off**	**.**
勺子	轻轻	进入	测量	杯子	和	等级	离开	.

用勺子轻轻舀入量杯中，刮平。

[dəʊnt] [ʃeɪk] [kʌp] .

Don't	**shake**	**cup**	**.**
不	摇	杯子	.

不要摇晃杯子。

['ʃredɪd] [ɔ:(r)] ['greɪtɪd] [tʃi:z]

SHREDDED	**OR**	**GRATED**	**CHEESE**
碎	或者	磨碎的	奶酪

碎奶酪或磨碎的奶酪

[pæk] ['laɪtli] ['ɪntu:] ['meʒərɪŋ] [kʌp][ænd; ənd]['lev(ə)l] [ɒf] . -

Pack	**lightly**	**into**	**measuring**	**cup**	**and**	**level**	**off**	**.**	**50**
盒	轻轻	进入	测量	杯子	和	等级	离开	.	-

轻轻地将面糊装入量杯并刮平。50

['kɒmən] [kæn; kən][ænd; ənd][dʒɑ:(r)]['saɪzɪz]

COMMON	**CAN**	**AND**	**JAR**	**SIZES**
常见的	能	和	罐	尺寸

常见的罐头和瓶子尺寸

[kæn; kən]['saɪzɪz]

CAN	SIZES
能	尺寸

罐头尺寸

[saɪz][ɒv; əv][kænz] [weɪt] [kʌps] [pə(r)][kæn; kən]

Size	of	Cans	Weight	Cups	Per	Can
尺寸	的	罐头	重量	杯子	每	能

罐头尺寸 重量 每罐杯数

[eit][ˌəʊ 'zed] .

8	oz	.
8	盎司	.

8盎司

[kæn; kən][eit][ˌəʊ 'zed] .

can	8	oz	.
能	8	盎司	.

罐装 8 盎司

[wʌn][si:] .

1	C	.
1	C	.

C.

['pɪknɪk][kæn; kən] ([nəʊ] . [wʌn]) 10½ [ˌəʊ 'zed] . 1¼

Picnic	can	(	No	.	1	)	10½	oz	.	1¼
野餐	能	(	不	.	1	)	10½	盎司	.	1¼

野餐罐（1号）10½盎司1¼

[si:] .

C	.
C	.

C.

- [ˌəʊ 'zed] .

12	oz	.
-	盎司	.

12盎司

[kæn; kən] - [ˌəʊ 'zed] .

can	12	oz	.
能	-	盎司	.

罐装 12 盎司

1½ [si:] .

1½	C	.
1½	C	.

1½ 杯

[nəʊ] . - [kæn; kən] - [tu:; tə] - [ˌəʊ 'zed] .

No	.	300	can	14	to	16	oz	.
不	.	-	能	-	到	-	盎司	.

300号罐装14至16盎司。

1¾ [si:] .

1¾	C	.
1¾	C	.

1¾ C.

[nəʊ] . - [kæn; kən] - [tu:; tə] - [ˌəʊ 'zed] . [ˌtu:'tu:][si:] .

No	.	303	can	16	to	17	oz	.	2	C	.
不	.	-	能	-	到	-	盎司	.	2	C	.

303号罐装16至17盎司。2杯。

[nəʊ] . [ˌtuːˈtuː][kæn; kən][wʌn]['el biː] . , [fɔːr][ˌəʊ 'zed] .

No	.	2	can	1	lb	.	,	4	oz	.
不	.	2	能	1	磅	.	,	4	盎司	.

2号罐装1磅4盎司。

[ɔː(r)]

or
或者

或者

[wʌn][ˌpiː 'tiː] . , [ˌtuːˈtuː][ɛfˈɛl] . [ˌəʊ 'zed] .

1	pt	.	,	2	fl	.	oz	.
1	pt	.	,	2	fl	.	盎司	.

1品脱，2液体盎司

2½ [siː] .

2½	C	.
2½	C	.

2½ 杯

[nəʊ] . 2½ [kæn; kən][wʌn]['el biː] . , - [ˌəʊ 'zed] . 3½ [siː] .

No	.	2½	can	1	lb	.	,	13	oz	.	3½	C	.
不	.	2½	能	1	磅	.	,	-	盎司	.	3½	C	.

2½号罐 1磅13盎司 3½杯

[nəʊ] . [θriː][kæn; kən][θriː]['el biː] . , [θriː][ˌəʊ 'zed] .

No	.	3	can	3	lb	.	,	3	oz	.
不	.	3	能	3	磅	.	,	3	盎司	.

3号罐装3磅3盎司。

[ɔː(r)]

or
或者

或者

[wʌn][ˌkjuː 'tiː] . , - [ɛfˈɛl] . [ˌəʊ 'zed] .

1	qt	.	,	14	fl	.	oz	.
1	qt	.	,	-	fl	.	盎司	.

1夸脱，14液体盎司

5¾ [siː] .

5¾	C	.
5¾	C	.

5¾ C.

[nəʊ] . - [kæn; kən] 6½ [tuː; tə]['sɛvən]['el biː] . , [faɪv][ˌəʊ 'zed] . - [tuː; tə] - [siː] . [ɔː(r)] 3¼ [ˌkjuː 'tiː] .

No	.	10	can	6½	to	7	lb	.	,	5	oz	.	12	to	13	C	.	or	3¼	qt	.
不	.	-	能	6½	到	7	磅	.	,	5	盎司	.	-	到	-	C	.	或者	3¼	qt	.

10号罐 6½ 至 7 磅 5 盎司 12 至 13 杯或 3¼ 夸脱

['sʌbstɪtjuːtɪŋ]	[ɪn'griːdiənts]
SUBSTITUTING	INGREDIENTS
替换	原料

替换成分

[ɪn'griːdiənts]	['kwɒntəti]	['sʌbstɪtjuːt]	(	[es]	)
Ingredients	Quantity	Substitute	(	s	)
原料	数量	代替	(	s	)

配料 数量 替代品

['beɪkɪŋ]	['paʊdə(r)]	[wʌn]	['tiːspuːn]	['dʌb(ə)l]	-	['æktɪŋ]	1½	['tiːspuːn]	['fɒsfeɪt]	[ɔː(r)]	['tɑːtreɪt]	['beɪkɪŋ]
BAKING	**POWDER**	**1**	**teaspoon**	**double**	**-**	**acting**	**1½**	**teaspoons**	**phosphate**	**or**	**tartrate**	**baking**
烘烤	粉末	1	茶匙	双倍的	-	表演	1½	茶匙	磷酸盐	或者	酒石酸盐	烘烤

['paʊdə(r)]
powder
粉末

泡打粉 1 茶匙双效泡打粉 1½ 茶匙磷酸盐或酒石酸泡打粉

¼	['tiːspuːn]	['beɪkɪŋ]	['səʊdə]	[plʌs]	½	[kʌp]	['bʌtəmɪlk]	[ɔː(r)]	['saʊə(r)]	[mɪlk]
¼	**teaspoon**	**baking**	**soda**	**plus**	**½**	**cup**	**buttermilk**	**or**	**sour**	**milk**
¼	茶匙	烘烤	苏打	加	½	杯子	酪乳	或者	酸的	牛奶

¼茶匙小苏打加½杯酪乳或酸奶

¼	['tiːspuːn]	['beɪkɪŋ]	['səʊdə]	[plʌs]	⅝	['tiːspuːn]	[kriːm]	[ɒv; əv]	['tɑːtə(r)]
¼	**teaspoon**	**baking**	**soda**	**plus**	**⅝**	**teaspoon**	**cream**	**of**	**tartar**
¼	茶匙	烘烤	苏打	加	⅝	茶匙	奶油	的	鞑靼

¼茶匙小苏打加⅝茶匙塔塔粉

['bʌtə(r)]	[wʌn]	[kʌp]	[wʌn]	[kʌp]	[ˌmɑːdʒə'riːn]
BUTTER	**1**	**cup**	**1**	**cup**	**margarine**
黄油	1	杯子	1	杯子	人造黄油

黄油 1 杯 人造黄油 1 杯

⅞	[tuː; tə]	[wʌn]	[kʌp]	[haɪ'drɒdʒəneɪtɪd]	[fæt]	[plʌs]	½	['tiːspuːn]	[sɔːlt]
⅞	**to**	**1**	**cup**	**hydrogenated**	**fat**	**plus**	**½**	**teaspoon**	**salt**
⅞	到	1	杯子	氢化	胖的	加	½	茶匙	盐

⅞ 至 1 杯氢化脂肪加 ½ 茶匙盐

⅞	[kʌp]	[lɑːd]	[plʌs]	½	['tiːspuːn]	[sɔːlt]
⅞	**cup**	**lard**	**plus**	**½**	**teaspoon**	**salt**
⅞	杯子	猪油	加	½	茶匙	盐

⅞ 杯猪油加 ½ 茶匙盐

['tʃɒklət]	[wʌn]	[skweə(r)]	[ˌʌn'swiːtnd]	[θriː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['kəʊkəʊ]	[plʌs]	[wʌn]	['teɪblspuːn]	['ʃɔːtnɪŋ]
CHOCOLATE	**1**	**square**	**unsweetened**	**3**	**tablespoons**	**cocoa**	**plus**	**1**	**tablespoon**	**shortening**
巧克力	1	正方形	无糖	3	汤匙	可可	加	1	汤匙	缩短

巧克力：1块无糖巧克力，3汤匙可可粉加1汤匙起酥油

['kɔːnstɑːtʃ]
CORNSTARCH
玉米淀粉

玉米淀粉

(	[fɔː(r); fə(r)]	['θɪkənɪŋ]	)	[wʌn]	['teɪblspuːn]	[ˌtuː'tuː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['flaʊə(r)]	(	[ə'prɒks]	.	)	[ɔː(r)]	[fɔːr]
(	**for**	**thickening**	**)**	**1**	**tablespoon**	**2**	**tablespoons**	**flour**	**(**	**approx**	**.**	**)**	**or**	**4**
(	为了	增稠	)	1	汤匙	2	汤匙	面粉	(	大约	.	)	或者	4

['tiːspuːn]	[kwɪk]	-	['kʊkɪŋ]	[ˌtæpi'əʊkə]
teaspoons	**quick**	**-**	**cooking**	**tapioca**
茶匙	快的	-	烹饪	木薯

（用于增稠）1汤匙或2汤匙面粉（约）或4茶匙速溶木薯粉

[kɔːn]	['sɪrəp]	[wʌn]	[kʌp]	[wʌn]	[kʌp]	['ʃʊgə(r)]	[plʌs]	¼	[kʌp]	['lɪkwɪd]	(	[æz; əz]	[rɪ'pleɪsmənt]	[fɔː(r); fə(r)]	½	[ɒv; əv]
CORN	**SIRUP**	**1**	**cup**	**1**	**cup**	**sugar**	**plus**	**¼**	**cup**	**liquid**	**(**	**as**	**replacement**	**for**	**½**	**of**
玉米	糖浆	1	杯子	1	杯子	糖	加	¼	杯子	液体	(	作为	替代品	为了	½	的

['ʃʊgə(r)]	[ɪn]	['resəpi]	)
sugar	**in**	**recipe**	**)**
糖	在	食谱	)

玉米糖浆 1 杯，1 杯糖加 ¼ 杯液体（代替食谱中 ½ 杯糖）

[kriːm]	[wʌn]	[kʌp]	['kɒfi]	[kriːm]	(	-	%	[mɪlk]	[fæt]	)	[θriː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['bʌtə(r)]	[plʌs]	⅞	[kʌp]	[mɪlk]
CREAM	**1**	**cup**	**coffee**	**cream**	**(**	**20**	**%**	**milk**	**fat**	**)**	**3**	**tablespoons**	**butter**	**plus**	**⅞**	**cup**	**milk**
奶油	1	杯子	咖啡	奶油	(	-	%	牛奶	胖的	)	3	汤匙	黄油	加	⅞	杯子	牛奶

奶油：1 杯咖啡奶油（20% 乳脂含量），3 汤匙黄油加 ⅞ 杯牛奶

[wʌn] [kʌp] ['hevi] [kri:m] (- % [mɪlk] [fæt]) ⅓ [kʌp] ['bʌtə(r)] [plʌs] ¾ [kʌp] [mɪlk]

1	cup	heavy	cream	(	40	%	milk	fat	)	⅓	cup	butter	plus	¾	cup	milk
1	杯子	重的	奶油	(	-	%	牛奶	胖的	)	⅓	杯子	黄油	加	¾	杯子	牛奶

杯浓奶油（40% 乳脂含量）+ ⅓ 杯黄油 + ¾ 杯牛奶

[egz] [wʌn] [həʊl] [eg] [ˌtu:'tu:] [eg] [jəʊk]

EGGS	1	whole	egg	2	egg	yolks
鸡蛋	1	所有的	蛋	2	蛋	蛋黄

鸡蛋：1个全蛋，2个蛋黄

['flaʊə(r)] ([fɔ:(r); fə(r)] ['θɪkənɪŋ]) [wʌn] ['teɪblspu:n] ½ ['teɪblspu:n] ['kɔ:nstɑ:tʃ]

FLOUR	(	for	thickening	)	1	tablespoon	½	tablespoon	cornstarch
面粉	(	为了	增稠	)	1	汤匙	½	汤匙	玉米淀粉

面粉（用于增稠）1汤匙，玉米淀粉½汤匙

[ˌtu:'tu:] ['ti:spu:n] [kwɪk] - ['kʊkɪŋ] [ˌtæpi'əʊkə]

2	teaspoons	quick	-	cooking	tapioca
2	茶匙	快的	-	烹饪	木薯

2茶匙速溶木薯粉

['flaʊə(r)] (['sɪftɪd]) [wʌn] [kʌp] [ɔ:l] - ['pɜ:pəs] [wʌn] [kʌp] [plʌs] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [keɪk] ['flaʊə(r)]

FLOUR	(	sifted	)	1	cup	all	-	purpose	1	cup	plus	2	tablespoons	cake	flour
面粉	(	筛过的	)	1	杯子	全部	-	目的	1	杯子	加	2	汤匙	蛋糕	面粉

面粉（过筛）1杯 普通面粉 1杯加2汤匙 蛋糕粉

[wʌn] [kʌp] [keɪk] ['flaʊə(r)] ⅞ [kʌp] [ɔ:l] - ['pɜ:pəs] ['flaʊə(r)]

1	cup	cake	flour	⅞	cup	all	-	purpose	flour
1	杯子	蛋糕	面粉	⅞	杯子	全部	-	目的	面粉

杯蛋糕粉，⅞ 杯普通面粉

[hɜ:bs] [wʌn] ['teɪblspu:n] [freʃ] [wʌn] ['ti:spu:n] [draɪd]

HERBS	1	tablespoon	fresh	1	teaspoon	dried
草药	1	汤匙	新鲜的	1	茶匙	干燥

香草：1汤匙新鲜香草，1茶匙干香草

['hʌni] [wʌn] [kʌp] [wʌn] [tu:; tə] 1¼ [kʌps] ['ʃʊgə(r)] [plʌs] ¼ [kʌp] ['lɪkwɪd]

HONEY	1	cup	1	to	1¼	cups	sugar	plus	¼	cup	liquid
蜂蜜	1	杯子	1	到	1¼	杯子	糖	加	¼	杯子	液体

蜂蜜 1 杯，糖 1 至 1¼ 杯，另加 ¼ 杯液体

[mɪlk] [wʌn] [kʌp] [freʃ] [mɪlk] [wʌn] [kʌp] [ˌri:'kɒnstɪtju:tɪd] [nɒn] - [fæt] [draɪ] [mɪlk] [plʌs] [ˌtu:'tu:] ['ti:spu:n]

MILK	1	cup	fresh	milk	1	cup	reconstituted	non	-	fat	dry	milk	plus	2	teaspoons
牛奶	1	杯子	新鲜的	牛奶	1	杯子	重组	非	-	胖的	干燥	牛奶	加	2	茶匙

['bʌtə(r)]

butter
黄油

牛奶：1杯鲜牛奶，1杯复原脱脂奶粉，另加2茶匙黄油

[wʌn] [kʌp] [həʊl] [mɪlk] ½ [kʌp] [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk] [plʌs] ½ [kʌp] ['wɔ:tə(r)]

1	cup	whole	milk	½	cup	evaporated	milk	plus	½	cup	water
1	杯子	所有的	牛奶	½	杯子	蒸发	牛奶	加	½	杯子	水

杯全脂牛奶，½ 杯淡奶，加 ½ 杯水

[wʌn] [kʌp] ['saʊə(r)] [mɪlk] [wʌn] ['teɪblspu:n] ['lemən] [dʒu:s] [ɔ:(r)] ['vɪnɪgə(r)] [plʌs] [swi:t] [mɪlk] [tu:; tə] [meɪk] [wʌn] [kʌp]

1	cup	sour	milk	1	tablespoon	lemon	juice	or	vinegar	plus	sweet	milk	to	make	1	cup
1	杯子	酸的	牛奶	1	汤匙	柠檬	汁	或者	醋	加	甜的	牛奶	到	制作	1	杯子

杯酸奶，1 汤匙柠檬汁或醋，再加上甜牛奶，制成 1 杯

1¾	['tiːspuːn]	[kriːm]	[ɒv; əv]['tɑːtə(r)]	[plʌs]	[wʌn]	[kʌp]	[swiːt]	[mɪlk]
1¾	**teaspoons**	**cream**	**of**	**tartar**	**plus**	**1**	**cup**	**sweet**	**milk**
1¾	茶匙	奶油	的	鞑靼	加	1	杯子	甜的	牛奶

1¾茶匙塔塔粉加1杯甜牛奶

[jiːst]	[wʌn]	[keɪk]	[kəm'prest]	[wʌn]	['pækɪdʒ]	[ɔː(r)][ˌtuː'tuː]	['tiːspuːn]	['æktɪv]	[draɪ]	[jiːst]
YEAST	**1**	**cake**	**compressed**	**1**	**package**	**or**	**2**	**teaspoons**	**active**	**dry**	**yeast**
酵母	1	蛋糕	压缩	1	包裹	或者	2	茶匙	积极的	干燥	酵母

酵母：1块压实的酵母饼，1包或2茶匙活性干酵母

[kə'lʌmbiə]	[gæs]	['sɪstəm]
COLUMBIA	**GAS**	**SYSTEM**
哥伦比亚	气体	系统

哥伦比亚天然气系统

[eɪtʃ'ɛs'ɑːr]	-	-
HSR	**-**	**67**
高铁	-	-

HSR-67

[-]	[nəʊts]
Transcriber's	**Notes**
转录员的	笔记

转录者注释

['saɪləntli]	[kə'rektɪd]	[ə; eɪ]	[fjuː]	['taipəus]	,	[ɪn'kluːdɪŋ]	['lɪstɪd]	[e'rɑːtə]	.
Silently	**corrected**	**a**	**few**	**typos**	**,**	**including**	**listed**	**errata**	**.**
默默	已更正	一个	很少	拼写错误	,	包括	列出	勘误表	.

默默地改正了一些拼写错误，包括列出的勘误。

[rɪ'teɪnd]	[ˌpʌblɪ'keɪʃn]	[ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n]	[frɒm; frəm][ðə; ðɪ]	['prɪntɪd]	[ɪ'dɪʃ(ə)n]	:	[ðɪs]	['iːbuk]	[ɪz]	['pʌblɪk]	-
Retained	**publication**	**information**	**from**	**the**	**printed**	**edition**	**:**	**this**	**eBook**	**is**	**public**	**-**
保留	发布	信息	从	这	打印	版	:	这	电子书	是	民众	-

[də'meɪn]	[ɪn][ðə; ðɪ]	['kʌntri]	[ɒv; əv]	[ˌpʌblɪ'keɪʃn]	.
domain	**in**	**the**	**country**	**of**	**publication**	**.**
领域	在	这	国家	的	发布	.

保留了印刷版中的出版信息：本电子书在出版国属于公共领域。

[ɪn][ðə; ðɪ][tekst]	['vɜːʃ(ə)nz]	['əʊnli]	,	[tekst][ɪn][ɪ'tælɪks][ɪz]	[diː'lɪmɪtɪd]	[baɪ]	_	[ˌʌndə'skɔːz]	_	.
In	**the**	**text**	**versions**	**only**	**,**	**text**	**in**	**italics**	**is**	**delimited**	**by**	**_**	**underscores**	**_**	**.**
在	这	文本	版本	仅有的	,	文本	在	斜体	是	分隔符	经过	_	下划线	_	.

仅在文本版本中，斜体文本用下划线分隔。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神